

༡༡། གདོང་ཁོང་ཅུ་ཡིན་ཕུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་སྐྱ་མཚོ་  
བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲོལ་གར་  
དེ་མཚར་གཟིགས་མེ་འབྲུམ་ཕྲག་  
འཆར་བའི་སྒྲོག་བརྟན་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

༼ གདོང་ཁོང་ཅུ་ལ་སྒྲུའི་རང་ནམ། ༽

གདོང་ཁོང་ཕུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་སྐྱ་མཚོ།

ཡིག་གཏག་དང་ཞུ་སྒྲིག་པ། འབྲུལ་དེབ་སྒྲིག་བཟོ་བ། མདུན་ལོག་རྩས་འགྲིང་པ། ཁམས་པ་ཚོང་།

དཀར་ཆག

[illegible]

བདག་དབང་གསལ་བ་ཉད། (༡༡''''''༡༩)

རྟོགས་བརྗེད་འདིའི་ཕྱི་མ་པ་པའི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས། (༡༢'""་ན་ཅ)

དང་པོ། རྒྱ་རྩི་རྩས་བླ་བདག་མིང་ལའུར་ཅམ་ལས། གཙོ་ཆེར་སྟོབ་  
གཉིར་ལ་ལབད་པ་ནི་ཀས་གྲི་སྤང་བ་ལྷ་བྱུང་སྟེར། (༡༧'.....༡༨)

**(1) བསམ་མེད་བྱིས་པའི་རུས་སྐབས།**   (༢༤''-༡'༣༠)

② རྒྱ་མིག་རང་གཞིས་སྤྲོད་སྤྱོད་བཅིས་ཚུལ། (༡༥༡~~~~༡༥༥)

③ སྐར་ལམ་གྱ་སར་ཆོས་ཞུགས་སྒྲིབ་གཏིང་ཐོས་འཆོལ་གཟུགས་བརྟན་

ཙམ་གྱིས་རང་ཡུལ་དུ་ཕྱོག་པའི་སྒོར། (༡༥༤''''-༢༩༠)

④ བོད་བསྐྱེད་གཉིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འཆད་པ།

( ३८१०००३८५ )

གཉིས་པ། བྲག་སྤྱི་དང་མཁན་རྒྱུ་སྟོན་ལྟེ་ཁྱད་དབང་ཆེར་

**ཕྱིད་བློན་གསུམ་མཚན་མེ་ལྷ་བུའི་སྒྲིང།**      ( ༡༩༧༦-༡༩༨༥ )

① བྲག་གཡབ་བྱི་སྤྱོད་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ལྷགས་སྦྱིར་བསྟན་པ།

(362''''000)



འཇམ་མཁའ་

གསུམ་པ། དེ་དག་དགོངས་ཞུས་བྲག་ལྗེ་རྩེ་ཆེ་སོགས་གྱིས་སྐྱར་གྱི་ལོག་  
 སྒྲིང་ཕྱིན་ཙམ་བཏང་བཟུང་དེའང་རིམ་བྱུང་བ་སྤྱི་རེངས་-གར་བ་ལྷ་  
 བུའི་སྒློང༌།      (༥༧).....(༥༨)

བཞི་པ། དེ་ནས་ད་བར་གོང་གསལ་བྱང་དབང་པལ་ཆེར་རིམ་དོར་མི་  
དམངས་སྲིད་གཞུང་གི་ཞུའི་བྱང་སྟེགས་ཞུས་པ་ནས་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་  
སྒོར། (༡༩༥༧-༡༩༨༩)

ལྷ་པ། དེ་དག་གི་མཇུག་བསྐྱེམས་དང་སྦྱང་གྱི་རེ་འདུན་འཆད་པ་ཉི་མ་ལྟར་  
བ་ལྷ་བྱུང་སྒྲིབ།

༼ ཁོང་ཉིད་ཞི་བར་ག་ཤེགས་པས་ཚན་པ་འདི་ཕྱི་མ་འཕྲེར་ལུས༼

# ཞུ་སྒྲིག་པའི་སྔོན་གླེང་གཏམ་ཚོགས་ཀྱང་དུ།

མདོ་ཁམས་བྲག་གཡབ་ཡུལ་གྱི་ངེས་དོན་མཁས་པའི་  
དབང་པོ། དབྱུས་གཙང་གཉིས་དང་གདན་ས་གསུམ་དུ་ཕྱིན་པའི་  
ལུང་རིགས་ཀྱི་བ་གམ་མདོན་པར་མཐོ་ལ། གཞུང་ལྷགས་སྣ་མང་  
ལ་གཟིགས་པ་ཡངས་འཕྱིང་བྱགས་དཔྱོད་ཟབ་པའི་ལྷ་རམས་པ།  
རིག་པའི་གནས་ཆེ་ཕྱ་ཀུན་ལ་གཏིང་མི་དཔོག་པའི་མཁྱེན་རབ་སྒྲོ་  
གོས་ཀྱི་ཚུལ་རྒྱས་འཕྱིང་། སྟན་བརྩེད་དབྱངས་ལྡན་གྱི་ཚུམ་པ་ངག་  
གི་དཔལ་ལ་སྒྲ་དབྱངས་མཚོ་བྱང་ལྷ་མོར་སྒྱེངས་པ་སྟེར་བའི་ཚུམ་  
པ་པོ། ལྷོག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་མདོན་པར་མི་གསལ་བའི་སྟེར་དང་སྒྱི་  
ཚོགས་ཀྱི་སྣང་བརྟན་ལེགས་པར་གསལ་བའི་རང་ནམ་ངོ་མཚར་  
གཟིགས་མོ་འབྱམ་འཆར་གྱི་སྒྲོག་བརྟན་དང་། ནམ་གྲོལ་ཐར་པའི་  
ཞིང་ལ་སྟེང་ནས་སྟོན་ཞིང་ཐར་པའི་ལམ་ཆེན་འཚོལ་བ་ལ་ལག་  
བཅངས་སུ་བྲགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་ནམ་གྲོལ་ལག་  
བཅངས་ཀྱི་བྱེད་པོ། དུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་སྤྱིད་ཀྱི་འགྲོ་བྱེད་གས་



ཁོང་དུ་ཆུད་དེ་བ་ལྟ་ཡམས་དང་ལོག་བ་ལྟ་ལ་མགོ་བོ་མི་  
 ཆོངས་པའི་དུས་ཀྱི་མཁས་ཆེན་གདོང་ལོང་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་  
 རྒྱ་མཚོ་(ཁོང་གི་རབ་བྱུང་བཙུ་ལྔ་པའི་ས་བྱི་སྟེ་ལོ་༡༩༨༤རབ་བྱུང་  
 བཅུ་དྲུག་པའི་ཆུ་བྱི་སྟེ་ལོ་༡༩༧༧ལོའི་བར་དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་  
 དོན་བཞི་བཞགས།)ཞེས་གྲགས་པ་ཁོང་ཉིད་ཀྱིས། ཆུ་བྱིས་པའི་  
 དུས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སྒྲིལ་གསལ་བ་དང་། མི་བཟོད་དྲན་པའི་ཉིན་  
 ཐོ་ཉར་ཡོད་པ་ནམས་ཅུ་བར་བྱས་ཤིང་། གཞོན་ནུ་དང་སྐྱ་བགྲེས་  
 པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་བྱུང་བ་ནམས་མ་བཅོས་མ་ལྟར་པའི་ངང་  
 ནས་སྐྱ་ཆོའི་སྐད་དུ་བཅུ་མས་གནང་བའི་《གདོང་ལོང་ཐུ་ཡོན་ཐུབ་  
 བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་འདི་སྐད་འབྲུལ་པའི་སྒྲིལ་གར་དོ་  
 མཚར་གཟིགས་མོ་འབྲུམ་འཆར་གྱི་སྒྲིག་བཟླ།》ཞེས་བུ་བའི་རང་  
 ནམ་བཅུ་མས་ཆོས་འདི། དེ་སྟོན་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་སྤྱི་དགོས་ལོ་  
 རྒྱས་ཚུམ་འབྲི་ཁང་ནས་སྟེ་ལོ་༡༩༩༥ལོར་གསར་དུ་བསྒྲིགས་  
 ཤིང་པར་སྟོན་ཞུས་ཏེ་འབྲེམ་སྟེལ་ཐངས་གཅིག་བྱས་ཡོད་རུང་།  
 དེང་གི་ཆར་རང་ནམ་དཔེ་དེབ་དེ་འདི་ཏུ་དགོན་ཞིང་པལ་ཆེར་



མེད་པའི་ཚོད་དང་། བར་སྐྱོན་ཞུས་པའི་དཔེ་དེབ་གྱི་མ་ཡིག་དངོས་  
དང་། ཡིག་གཏག་བྱས་པའི་ཡིག་ཆའང་བཅའ་འཛོལ་གྱི་ངལ་བ་  
བསྟེན་རུ་མ་སྟོང་པལ་ཆེར་ཅུ་མེད་གྱུར་ཚོད་དུ་སྒྲིང་།

དེ་ཡང་། གདོང་ཀོང་ཁོང་ནི་སྤྱི་ཚོགས་གསར་སྟོང་  
གཉིས་ཀ་ལ་ཆ་རྒྱས་ཟབ་པའི་ཉམས་སྦྱང་ཅན་གྱི་མི་སྣ་ཞིག་དང་།  
ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་གཅེས་འཁོར་ཡང་དག་  
པའི་ཆོས་ལ་སྟོང་དབུས་ནས་མོས་པའི་དཔེ་སྟོན་གྱི་སྤྱིས་བྱ།  
གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྟ་ཡིས་གཙོས་རིག་པའི་གནས་ཆེ་རྒྱུ་  
ཀུན་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛིག་པའི་མཁས་ཚུལ་བཞེས་པ། ཆོས་སྤྱིད་  
གྱི་བྱ་བ་ཆེ་ཕྱ་ཀུན་ལ་ཞིབ་ཚགས་འཁོར་གཟུ་བོར་གནས་པའི་སློ་  
དང་ལྡན་པ། ཏང་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་རྒྱ་མཚན་དང་གཏན་ཚིགས་  
ཐོག་ནས་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགའ་ཞེན་ཟབ་པ། མི་རིགས་དང་རིག་  
གཞུང་ལ་ལྟོག་བསམ་དང་མཛོད་རྗེས་ཆེ་ཞིང་རྒྱལ་གཅེས་ཆོས་  
གཅེས་གྱི་བསམ་སློ་དང་ཉུ་གྲུབ་མཐོ་ལ། དམངས་པན་རྒྱལ་དར་གྱི་  
བྱས་རྗེས་ཡོད་པའི་མཁས་བཙུན་མཛོད་ས་གསུམ་ལྡན་པའི་སྤྱིས་བྱ་



དམ་པ་ཞིག་སྟེ། ཁོང་གིས་མཛོད་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདིར་ཆོས་ལུགས་  
 དོས་ཐང་ནས་ཉེགས་བཟོད་དམ་པ་རང་ནམ་ཞེས་འབོད་ཆོག་རུང་།  
 དེ་ཙམ་མིན་པར་སྟེ་ཆོགས་གསར་ཉིང་གཉིས་ཀའི་འཆོ་བ་དང་  
 དངོས་དོན་མང་པོ་ཞིག་ལེགས་པར་གསལ་བའི་དཔུང་ཕྱི་མ་གྱི་  
 དེན་ཐང་གིས་ལྟག་ཅིང་། གྱི་རབས་པར་སློབ་གསེ་ཡི་དཔེ་གཞིར་  
 འོས་པའི་བྱུང་བ་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱབས་པོ་ཆེ་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཡངས་པའི་འཛིག་ཉེན་ཁམས་གྱི་སྐད་ཡིག་སྣ་མང་བྱོད་དུ་  
 བཞགས་མ་ཐུབ་རུང་། མི་རིགས་གྱི་སྐད་ཡིག་གཅིག་པུའི་ཐོག་ཏུ་  
 ཡོད་པ་འདི། ག་ལེར་བོར་བརྒྱག་ཏུ་སོང་ན་གཅིག་ནས་རྒྱལ་ཁབ་  
 དང་མི་རིགས། གཉིས་ནས་ཆོས་དང་རིག་གཞིར་། གསུམ་ནས་  
 ཡུལ་ལུང་ས་ཁྱེགས་གང་གི་ཕྱིས་སུ་གསལ་བ་ཏུ་མེད་པའི་གྱོད་གུན་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་དང་། དཔྱོད་ལྡན་ནམ་པའི་སྒོ་ཡུལ་དུ་བཟོད་དཀའ་  
 བའི་ཕངས་སེམས་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད་ཅངས་སྟམ་ནས། དེ་སྒྲིན་གདོང་  
 གོང་ཁོང་གི་མ་ཡིག་དཔེ་གཞུགས་དངོས་མ་དེ་མཇལ་སྟེང་ཞིང་  
 བ་ཤུ་འབྲི་ཐོག་མར་གནང་མཁན་ཏེ། འདས་ཟིན་པའི་ལོ་ངོ་བཞི་



བཅུ་ལྷག་ཙམ་གྱི་སྒྲིན་ནམ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་  
 ངའི་མཇུག་ཏུ་དེ་སྒྲིན་སྒྱི་རྟེན་སྒྲ་བྲང་གི་དྲུང་ཡིག་ནམ་པ་གཉིས་  
 ནས་བྲག་གཡབ་སྒྲ་དགོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚུམ་སྒྲིག་གནང་སྐབས་  
 གདོང་ཀོང་སྐུལ་སྐུའི་རང་ནམ་མ་ཡིག་དེ་གཡར་པོ་ཞུ་བྱ་རྟེན་པ་  
 དང་། ལྷག་པར་དུ་སྐབས་དེར་རང་ནམ་ལདི་རྟེན་མ་ཡིག་བྲིས་མ་  
 དཔེ་གཟུགས་དེ་རང་ལས་པར་དུ་མ་ལཁོད་པར་བཏེན་ཏེ་ཅང་  
 གཡ་ཆེའི་རང་བཞིན་དང་དགོས་ངེས་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པར་  
 བཏེན། མ་དཔེ་གཡར་པོ་ཞུ་བྱ་རྟེན་པའི་སྐུལ་བཟང་དང་བརྟུན་མ་  
 འོངས་པར་རང་ནམ་ལདི་རྟེན་སྒྱི་ཆོགས་ཐོག་བྱབ་སྐུལ་ཡོང་བྱུ་རེ་  
 བ་བཅངས་ཏེ། སྐབས་དེ་དུས་བྲག་གཡབ་སྒྲ་དགོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཚུམ་  
 སྒྲིག་པ་མེ་སྒྲིམ་དྲུང་ཡིག་སྒྲོ་བཟང་ཆོས་ལྡན་ནས་གཡར་པོ་ཞུས་  
 ངའི་མ་ཡིག་བྱུར་ལྟུལ་མ་ཞུས་བར་དུ་ལས་ཞོར་དང་ངལ་གསོའི་  
 དུས་ཆོད་གང་ཡོད་བཅའ་ནས་ཆ་ཆོང་བ་ཞིག་བྲིས་བཤུས་མཛོད་  
 གནང་འདུག་པ་དང་། ད་ཐེངས་ཡང་ཁོང་གི་བྲིས་རྒྱུ་སྐབས་དེ་  
 དུས་མ་ཡིག་བྲིས་བཤུས་ནང་དངོས་སུ་ཞུགས་སྟེང་མཁན།



དཔྱོད་ལྡན་ལོ་རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་པ། བོད་རང་སློང་སྡེ་རུ་སྤྱོད་གྲོས་  
 གྱི་ཨུ་ཡོན་དང་། ཆབ་མདེ་བོད་ཁྱེད་སྤྱོད་གྲོས་གྱི་རྒྱུན་ལས་ཨུ་  
 ཡོན། ཐུག་གཡལ་རྫོང་སྤྱོད་གྲོས་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་གཞི་  
 གཞུང་ལས་ཁང་གི་ལས་དེན་མི་སྣ། མེ་སྤྲེལ་བཟ་འཁོལ་ཆེ་བཟོན་  
 ནམ་རྒྱ་མིང་ཉག་རེ་ཅང་ཐུག་ཏུ་འབོད་པ་ཁོང་གིས་རང་ནམ་འདི་  
 བསྐྱར་དུ་བསྐྱ་སྒྲིག་གི་ཐད་ལ་སྒྲ་བྱི་བར་གསུམ་དུ་བདག་སློང་དང་  
 རྒྱལ་སློང་རོགས་རམ་ཚད་མེད་གནང་ཁར། ད་ཐེངས་ཀྱང་ཞུ་དག་  
 ཐེངས་གསུམ་པའི་སྐབས་མ་དཔེ་བ་ལུས་མ་ལས་ཡི་གེ་འབྲུ་རེ་  
 དང་ཆོག་རེ་དེད་དེ་ལྷ་གངས་དགའ་ཁབ་ལ་མ་འཛེམ་རོགས་དང་  
 ར་མདའ་དེ་དན་གནང་བར་བཀའ་དྲིན་ལྷ་ལྟ་ཞུ་དང་། ཁོང་  
 གིས་གཞིགས་པ་ཆེན་པོས་མཁོ་སློང་གནང་བའི་བ་ལུས་མ་དངོས་  
 གཙང་དེར་གཞིར་བཟུང་ནས། དགའ་ཆོགས་ཆེ་རུ་ལྟ་བསམ་  
 བསྐྱེད་དེ་དུས་ཚོད་ཆེད་དུ་བཙལ་ཞིང་བར་གྱི་ཁོམ་པ་ཡོད་ཚད་  
 སྤྱད་དེ། སློག་སྤྱད་ཐོག་ཡི་གེ་གཏག་པས། ནམ་པར་དགར་བའི་  
 ཀུན་སློང་དང་། མ་གཡོང་བཙོན་པའི་སྟོབས་བཙས་ལ་བཞེན་ནས་



ཡིག་གཏག་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་མ་ཟད། རང་ངེས་ནས་ཞུ་དག་  
 རིམ་པ་ཁ་འགས་དང་། བ་ཡུལ་གཅིག་པ་གོང་སྒྲིམ་བཟུ་འཁོམ་ཆོ་  
 བརྟན་གཙོས་འབྲེལ་ཡོད་གྲོགས་བཟང་འགའ་ལ་རེ་སྒྲུལ་ཞུས་པ་  
 ལྟར་ཞུ་དག་གི་རོགས་དན་གཏིང་ཟབ་ཐོབ་ཅིང་། འབྲུང་འབྲུང་  
 འཁོག་ཐོག་ཏུ་པར་སྒྱུན་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་སྒྱུན་བྱུང་ཆོ་པར་  
 དུ་བསྒྱུན་ཆོག་ཆོག་དང་། དུས་རབས་གྱི་འབྲུང་འགོས་དང་བསྒྱུན་  
 པའི་ཁ་པར་དང་སྒྲོག་སྒྲུང་སོགས་ནས་ཐད་ཀར་སྒྲོག་བདེ་ཉར་  
 བདེའི་འཕུལ་དེབ་གྱི་ནམ་པ་ཞིག་གྱུང་དགོས་ངེས་སུ་མཐོང་སྟེ།  
 རང་གི་འཁོམ་འཛིན་ནུས་པའི་ཕྱི་གང་ཡོད་བཏོན་ཏེ། འཕུལ་དེབ་  
 གྱི་ནམ་པའི་ཐོག་ནས་སྒྲིག་སྒྱུར་དང་འགྲེམ་སྒྲེལ་བྱས་པ་ལགས་ན།  
 སྒྱུར་ནོར་ཞིང་འབྲུལ་པ་དང་ཡུན་ཆོགས་གྱི་ཡན་ལག་ཉམས་པ།  
 ལྷག་པར་ཚུ་བྱུར་མིག་གིས་མཐོང་མ་བྱུབ་པའི་ཡིག་ནོར་སོགས་  
 མཆིས་ཆོ། དགོངས་ཡངས་བཟོད་གསོལ་ཞུ་བ་དང་སྒྲགས། ལམ་  
 སྟོན་དང་དགོངས་འཆར་ཅི་ནས་གྱུང་ལྷག་བསྐུལ་གནང་རོགས་ཞུ་  
 བ་ཡིན། །



ཞེས་ཡིག་གཏག་པ་དང་། ཡི་གེ་ཞུ་སྒྲིག་པ། དཔེ་དེབ་  
སྒྲིག་སྒྱུར་བ་བཅས་ཀྱི་མིང་དང་འགན་གཉིས་ཀ་རང་མེས་དང་བླང་  
གིས་ལ་བྱར་བའི་གནའ་དེང་རིག་པའི་གཞུང་དང་རིག་པའི་གནས་  
ལ་བྱང་ཟད་འཇུག་པའི་སྐལ་བ་ཅན་བྲག་གཡབ་མཁར་སྒྲང་༡༩  
འདན་༡༩༩༥་གོང་ཆོའི་བྱམས་པ་ཆེ་རིང་ངམ་དྲུ་མིང་ཁམས་པ་ཚང་  
ཞེས་འཕྲོད་པ་དེས། །

སྤྱི་ལོ་༢༠༢༥ལོའི་ཟླ་༧ཆོས་༡༩ཉིན།



**KHAM PA**  
Kham Pa Tsang Design

ཨ་མ་པ་



## བདག་དབང་གསལ་བ་ལྟོན།

གདོང་ཤོང་ཕུབ་བརྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་རང་ནམ་གློག་རྩལ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་བཅུ་གྲུ་ཆོག་མཆན་གསལ་བ་ལྟོན།

༡ གསུང་ཚིམ་གྱི་སྒྲེར། 《གདོང་ཤོང་ཕུབ་བརྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་རང་ནམ་གློག་རྩལ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་བཅུ་གྲུ་ཆོག་མཆན་གསལ་བ་ལྟོན།》འདི་ཉིད་ཀྱི་ཚིམ་པ་པོ་དེ་མ་གདོང་ཤོང་སྐུ་སྐུ་ཕུབ་བརྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་(༡༩༤༥-༡༩༧༩)ཞིང་ལ་ཕེབས་ནས་ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱ་ལྷག་མིང་བས། ཁོང་གི་གསུང་ཚིམ་གྱི་ནང་དོན་དག་སྒྲིཛ་ཆོག་ཀྱི་དེག་གནས་རྒྱུ་ལ་བཞག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པས་མི་སྲུ་ཡིན་ཡང་བཅུ་གྲུ་གནང་ཆོག།

༢ གློག་རྩལ་དཔེ་དེབ་འདིའི་སྒྲེར། ད་ལྟོ་གློག་རྩལ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཡིག་གཏག་དང་། ལྷ་དག། སྒྲིག་བཟུང་བཅས་ནི་བྱམས་པ་ཆོ་རིང་ངམ་བྱམས་ཆོ།(དྲ་མིང་ཁམས་པ་ཆོང་།)ནས་དཀར་ལས་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱད་དེ་གྲུབ་པ་ཞིག་ཡིན། ང་རང་ལྷ་སྒྲིག་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འདིའི་བདག་དབང་ང་ལ་ཡོད།

༣ ཆོག་མཆན་གནང་སྟངས། དེག་གནས་རྒྱུ་ལ་བཞག་འདི་ཉིད་སྐུ་སྐུ་བ་དང་འགྱུར་བ་མེད་པར་བྱས་སྐུ་ལ་གཏོང་ཆེད་ངས་ག་ལམ་གསལ་ལྟར་ཆོག་མཆན་སྒྲིད་ཀྱི་ཡོད།

1 ཁྱེད་ཀྱིས་ག་ལམ་གསལ་ལྟར་བཅུ་གྲུ་གནང་ཆོག།

- གློག་རྩལ་དཔེ་དེབ་འདི་ཉིད་འདྲ་བ་ལུས་དང་བརྒྱད་སྐུ་ལ་བྱེད་ཆོག།
- སྐུ་ཁྱེད་དང་། ཞིབ་འཇུག་སྐུ་སྐུ་བཅས་ཀྱི་ནང་དུ་དཔེ་དེབ་འདི་ཆ་ཆོང་བཅུ་གྲུ་གནང་ཆོག།

2 དེས་པར་དུ་སྐུ་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན།

- མིང་འགོད་དགོས་པ། བཅུ་གྲུ་གནང་སྐབས་དེས་པར་དུ་ཚིམ་པ་པོ་དེ་མ་(གདོང་ཤོང་སྐུ་སྐུ་ཕུབ་བརྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ།)དང་ལྷ་སྒྲིག་པ་(བྱམས་པ་ཆོ་རིང་།)གཉིས་ཀྱི་མིང་གསལ་པོར་འགོད་དགོས།
- ཆ་ཆོང་བ་སྐུ་དགོས་པ། བརྒྱད་སྐུ་དང་ལྷ་འདྲན་གང་འདྲ་ཞིག་བྱས་ཀྱང་། དེས་པར་དུ་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ལེའུ་དང་སྒྲིམ་གཞི་ཆ་ཆོང་པར་གཞིར་བཟུང་དགོས། ནང་དོན་གྱི་མགོ་མཇུག་བཅད་པ་དང་། ཡིག་པར་འབྲེལ་བ། ཚིམ་པ་པོ་དང་ལྷ་སྒྲིག་པའི་དགོངས་དོན་དང་འགལ་བའི་དེག་ས་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཆོག།

3. སྒྲིལ་བྱེད་མཉམ་སྒྲིད། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་དཔེ་དེབ་འདིར་གཞིར་བཅོལ་ནས་བརྒྱུད་ཡིག་གསལ་མཆན་



འབྲེལ་གསར་བ་བཟེས་ཆོ། བྱེད་གྱིས་བྱང་དེ་ཉིད་རིན་མེད་དང་ཆ་ཚང་བར་ཀུན་ལ་སྤྲེལ་དགོས་པ་མ་  
ཟད། འབྱུང་ཁུངས་བྱང་གསལ་པོར་སྟོན་དགོས།

༤ མན་བ་ལྟ་བུ་རྒྱུ། གདོང་གོང་སྒྲུལ་སྒྲུའི་རང་ནམ་འདི་ཉིད་སྤྲེལ་བའི་དམིགས་ཡུལ་ནི་ཉམས་ལ་ཉི་བའི་  
ཙྴ་ཆེའི་ཡིག་ཆ་འདི་ཉིད་སྒྲུར་སྒྲུབ་དང་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་ཆེད་ཡིན། གོང་གསལ་ཆ་རྒྱན་ལས་འགལ་བའི་བྱ་བ་  
གང་རུང་བྱས་ཆོ། དེ་ནི་ཆོག་མཆན་གྲོས་མཐུན་ལས་འགལ་བ་ཙམ་མ་ཟད། བོད་གྱི་རིག་གནས་ལྷུག་ལ་བཞག་  
དང་སྒྲིག་བཟོ་བའི་ངལ་ཚུལ་ལ་མ་གུས་པ་ཡིན་པས་ངས་འབྲེལ་ཡོད་འགན་ལེན་ཅོད་གཅོད་བྱེད་པའི་ཐོབ་  
ཐང་ཉར་ཡོད།

ཞུ་སྒྲིག་པ། བུམས་པ་ཆེ་རིང་ངམ་བུམས་ཆོ།  
དྲུ་མིང་། (ཁམས་པ་ཚང་།)  
སྤྲེལ་དུས། ༢༠༢༤ ལོའི་ཟླ་ ༡ ཆེས་ ༢༥ ཉིན།

## 著作权及授权声明

### 《东贡·土登德勒嘉措活佛自传》数字版本授权说明

#### 一、关于本书

本书《东贡·土登德勒嘉措活佛自传》原作者 东贡·土登德勒嘉活佛（1898-1972）已逝世超过五十年，其原始文字内容属于公共文化遗产，人人皆可自由使用。

#### 二、关于本数字版本

本书当前的数字转录、校对、排版版本，由向巴泽仁或向泽（网络名称：康巴仓）投入巨大心血制作完成。本人作为此数字版本的制作人，拥有其著作权。

#### 三、授权方式

为保护文化遗产并促进其完整传播，本人特此授权如下：

##### 1. 您可以自由地：

- 复制、分享这本电子书。
- 在授课、研究、学习中全文使用本书。

##### 2. 您必须遵守的条件：

- 必须署名：在使用时，必须清楚地标明原作者（东贡·土登德勒嘉措活佛）和编纂/整理者（向巴泽仁或向泽）的名字。这是对前人智慧和当下劳动的基本尊重。
- 必须保持完整：任何分享、展示或引用，都必须以本书的完整章节和结构为基础。严禁任何形式的“掐头去尾”、断章取义、割裂语境或篡改原意的行为。



· 相同方式分享：如果您基于本书制作了新的版本（如翻译、注解），您必须以同样的方式，免费、完整地公开您的新作品，并注明来源。

#### 四、郑重声明

本书《东贡·土登德勒嘉措活佛自传》的发布，旨在抢救和传承一份濒临消失的珍贵文献。任何违反上述条件（尤其是破坏完整性）的使用，不仅违背了本授权协议，更是对藏族文化遗产及编纂者心血的不尊重。本人保留追究其相应责任的权利。

编纂/整理者：向巴泽仁或向泽

网络名称：康巴仓

发布日期：2026年1月23日



## / COPYRIGHT & LICENSE /

Digital Edition Authorization Policy for the Autobiography of Dongkong Thubten Delek Gyatso Rinpoche

I. About the Book The original author of the Autobiography of Dongkong Thubten Delek Gyatso Rinpoche, Dongkong Thubten Delek Gyatso (1898-1972), has been deceased for over fifty years. The original text is a part of public cultural heritage and may be freely accessed by all.

II. About This Digital Edition This specific digital transcription, proofreading, and layout edition has been painstakingly produced by Champa Tsering (online name: Khampa Tsang). As the creator of this digital edition, I hold the copyright for this specific compiled work.

III. Terms of Authorization To protect this cultural heritage and ensure its integrity during dissemination, I hereby grant the following permissions:

1. You are free to:

- Copy and share this e-book.
- Use the full text for teaching, research, and personal study.

2. You must comply with the following conditions:

- Attribution: You must clearly credit the original author (Dongkong Thubten Delek Gyatso Rinpoche) and the digital editor (Champa Tsering/Khampa Tsang). This is a mark of respect for both ancestral wisdom and modern labor.
- Integrity: Any sharing, display, or citation must maintain the book's complete chapters and structure. It is strictly forbidden to take words out of context, misinterpret the original meaning, or alter the work.

- Share-Alike: If you create derivative works based on this book (such as translations or annotations), you must distribute your new work for free, in its entirety, and under the same terms, citing the source.

IV. Solemn Statement The publication of this autobiography aims to rescue and inherit a precious and endangered document. Any use that violates these conditions (especially compromising its integrity) is not only a breach of this agreement but also a sign of disrespect toward Tibetan cultural heritage and the editor's dedication. I reserve the right to pursue relevant responsibilities.

Compiled and Edited by: Champa Tsering

Online name: (Khampa Tsang)

Date of Release: January 23, 2026



《ཉེགས་བརྗེད།》འདིའི་ཕྱི་མ་པ་པེའི་ལེ་རྒྱུ་མདོར་བསྡུས།

ཐོག་མར་གསལ་བ་ལྟ་བུ་དགོས་པ་ཞིག་ནི། བྲག་  
གཡའ་བ་གདོང་ཤོང་སྒྲ་བྲང་ལ་སྒྱལ་སྒྱུ་གཉིས་ཡོད་ཅིང་།  
ད་ལྟའི་ཉེགས་བརྗེད་མཛོད་པོ་གདོང་ཤོང་སྒྱལ་སྒྱུ་ཐུབ་  
བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་ཁོང་ནི་ཐོག་མར་གདོང་ཤོང་རི་  
ཁོང་བསྒྱུངས་མཁན་དགོན་ལྟང་སྒྲ་མ་རིན་ཆེན་དབང་  
ལྷག་ནས་བརྩིས་ན་སྒྱུ་ཕྱེད་བདུན་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་སྒྱུ་  
བདག་སྤྲད་རྒྱ་དང་ཕྱ་བའི་དགོ་ཆུན་ནམ་ཡོངས་འཛིན་  
མཛོད་མཁན་དེ་ནི་དཔེན་གྲུང་མགོན་སྤྲུང་ནས་བརྩིས་ན་  
སྒྱུ་ཕྱེད་གསུམ་པ་ངག་དབང་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚོན་ཞུ་  
བ་དེ་ཡིན། ཉེགས་བརྗེད་འདི་ཉིད་ཕྱི་མ་པ་པེ་ནི་མཁས་



དཔེ་དབང་པོ་བྲག་གཡལ་གདོང་ཤོང་སྐྱལ་སྐྱུ་བྱུ་བསྟན་  
 བདེ་ལེགས་སྐྱ་མཆོ་ཞེས་བོད་ཁམས་ཁྱལ་དུ་མཆོན་སྟན་  
 ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། (བོད་ཀྱི་རབ་བྱུང་བཙུ་ལྔ་པའི་ས་བྱི་སྐྱུ་ལོ་  
 ༡༥༧༥ རབ་བྱུང་བཙུ་དྲུག་པའི་ཚུ་བྱི་སྐྱུ་ལོ་ ༡༧༧༥ ལེན་  
 བར་དགུང་ལོ་བདུན་ཅུ་དོན་བཞི་བཞུགས།) ལྷ་བྱངས་  
 ཡུལ་ནི་བྲག་གཡལ་རྫོང་ཁོངས་བྲག་ཁྱི་འཁོང་ཁ་ཆོང་དུ་  
 གདོང་ཤོང་སྐྱལ་སྐྱུ་རག་དབང་དམ་ཆོས་སྐྱ་མཆོ་ཞེ་བར་  
 ག་ཤེགས་ནས་ལོ་གཅིག་ཅུ་ལ་སྐྱུ་ལྷ་བྱངས། གདོང་  
 ཤོང་སྐྱལ་སྐྱུ་རག་དབང་བསོད་ནམས་སྐྱལ་མཆོན་མཆོག་  
 དང་གདོང་ཤོང་སྐྱ་བྲང་གི་གཉེར་ལས་བྱེད་ནས་རག་  
 དབང་དམ་ཆོས་སྐྱ་མཆོའི་ཡང་སྤྱིད་ཅུད་འཛོལ་བྱེད་  
 གསུམ་ཅུ་མ་མཆོན་ལྷས་བཟང་བ་ཤོང་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ་



དང་། བྲག་གཡལ་སྐྱབས་མགོན་སྐྱེས་ཕྱིང་བརྒྱད་པ་བཅས་  
 ལ་ལྟར་ཞུས། འཁོར་ཁ་ཚང་ཁྱེའུར་བཟང་ཕེབས་པ་བཞིན་  
 དགུང་གྲངས་བཞིར་སོན་སྐབས་གདོང་ལོང་སྐྱལ་སྐྱེད་ག་  
 དབང་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཚོའི་ཡང་སྤྱིད་དུ་སྐྱེ་བདག་སྤྱད་པ་  
 དང་བྲག་ཇེ་ནི་མིན་ཏན་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོས་གཙུག་ཡུང་  
 བཞེས་པ་དང་སྒྲོ་བཟང་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་མཚན་  
 གསེལ། དེ་ནས་དགུང་གྲངས་བརྒྱད་སོན་སྐབས་གདོང་  
 ལོང་སྐྱལ་སྐྱེད་ག་དབང་བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་གྲིས་ཅུ་  
 བའི་དགེ་ཆེན་ཐུགས་འགན་གཙང་བཞེས་ཐོག་ལྷག་  
 བསྐྱལ་བྱེད་པོ་ཁ་འགས་བསྐྱོ་འཇུགས་དང་འབྲེལ་ཡི་གེ་  
 འབྲི་སྒྲོག་ནས་སྟོན་སྤུམ་དག་ཡིག་བསྟན་བཅོས་འགས་བྱ་  
 གུན་བྱབ་ཅུ་བ་སྒྲོ་འཇོན་དང་འབྲེལ་པ་པོད་གསུམ་ཞིབ་



བྱིད། སྒྲ་མདོ་ཀ་ལུ་པ་དང་། དབྱངས་ཅན་སྒྲ་མདོ་བློ་འཛིན་  
 དང་ས་བཟང་སྒྲ་འབྲེལ་སྟེང་ནས་ཀ་ལུ་པའི་ས་རིས་དང་  
 འབྲེལ་བའི་བ་ལྟ་བུ་བྱིད། ཞུ་བྱུང་སྟེ་བ་སྟེར། དག་མཐའ་  
 བསྒྱུར་བཞོད་ནས་བཅུ་མས་སྒྲ་ཕྱི་ས་སོགས་གྱི་བར་དང་།  
 དགོ་ཚན་གདོང་གོང་སྒྲུལ་སྒྲུ་དེ་ཉིད་རིས་མེད་གྲུབ་མཐའ་  
 ཀྱན་གྱི་མཚན་ལྡན་བ་ལེས་གཉིན་མང་པོའི་ཞབས་ལ་  
 གཏུགས་ཏེ་ཟབ་རྒྱས་མདོ་སྒྲགས་རབ་འབྱུངས་རྒྱ་མཚོའི་  
 ཟབ་རྒྱའི་གདམས་པ་མངའ་བའི་མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོར་  
 མེད་སྟེ་ཞབས་དབང་རྗེས་བྱིད་ལྟངས་མན་ངག་སོགས་གྲུང་  
 སྒྲུལ་ཐོབ་གྱིས་རང་དགོན་དུ་དགྲུང་གྲངས་བཅུ་བདུན་བར་  
 དང་དེ་ནས་གྲུ་སར་ཆོས་ཞུགས་ཐེབས་ཏེ་རྩ་བ་སྟོན་དང་  
 འབྲས་སྦྱངས་ཉིས་འཛིན་ལྟ་བུ་མཛོད་སྟོལ་ལྟར་ཞུགས་ཏེ་



གཞུང་ཆེན་ལྟ་ཆར་གཏོགས་དང་བཅས་པར་སྐྱེངས་པས་  
 མཁས་པའི་གྲགས་པ་ཐོབ་ལ་དགུང་གངས་ཉེར་ལྟར་སོན་  
 པ་༡༩༣༣ལོར་ཅེ་འགག་ཏུ་ཕོད་རྒྱགས་དང་འབྲེལ་ལྟ་  
 ལྟན་སྟོན་ལམ་ཆེན་མོར་གྲ་སྟོར་དམ་བཅའ་བཞག་སྟེ་དགེ་  
 བཤེས་ལྟ་རམས་ཅང་གསུམ་པ་ཐོབ། ལྟག་པར་དགུང་  
 གངས་ཉེར་གསུམ་བཞེས་པ་ལྟགས་སྟེལ་ཟླ་དང་པོའི་  
 ཆོས་བཙུ་གསུམ་ཉིན་ལྟ་ལྟན་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཡང་  
 ཐོག་གཟིམ་རྒྱུ་ཉི་འོད་དུ་གོང་ས་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་སྐུ་  
 ཐེང་བཙུ་གསུམ་པ་མཆོག་གིས་མཁན་སྟོབ་སྐྱགས་མ་  
 དང་། མཆོན་ཞབས་བདེ་ཡངས་གཉལ་གྲ་གོར་སྐུལ་སྐུ་  
 མཆོག་གིས་གསང་སྟོན། ༡༩༣༥ལོར་ཆོས་ཇེ། སེར་བྱེས་  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་ངག་དབང་ཡུན་ཆོགས། རྣམ་གྲ་སྟོབ་



ཟུར་ལགས་བཅས་ནས་ཁ་སྐོང་བར་མཛོད་དེ་བསྐྱབ་གཞི་  
 ཡོངས་སུ་ཚོགས་པ་དག་སྐོང་གི་དངོས་པོར་བསྟེན་པར་  
 ཚོགས། གྲ་སར་སྐོབ་གཉེར་གནང་རིང་བར་གསེང་དང་།  
 དེ་ཇིས་བཅས་ཁང་སར་མཆོག་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ་དང་།  
 ལྷ་སྐྱབས་ཇི་ཡ་བོང་ཁ། ལྷག་བྲག་ཁྱི་སྐྱལ་སོགས་གྱེ་  
 མདུན་ནས་བ་རི་དང་། ལྷར་ཐང་མི་ཏུ་སོགས་བརྒྱ་ཙུ་མང་  
 པོ་དང་། ཚོང་ལོ་སྐྱལ་སྐྱུ་རང་དགོན་དུ་ཆེད་དུ་གདན་  
 འདྲན་ཞུས་ཏེ་ཁོང་མདུན་ནས་ཟུར་བརྒྱ་དང་། རིན་འབྱུང་  
 ཁ་སྐོང་རིན་ཆེན་མཛོད་ཁང་། འདོད་འཛེའི་བུམ་བཟང་  
 བཅས་གྱེ་དབང་ཇིས་ཁྱིད་ལྷང་དང་བཅས་པ་གསན་  
 བཞེས། དག་བ་ཤེས་ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 མདུན་ནས་རིག་གནས་སྐོར་ཡང་ཡང་གསན་བཞེས་གྱིས་



མདོར་ན་བསྟན་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་བྱ་དམ་པ་དུ་མའི་ཞབས་ལ་  
 གཏུགས་ཏེ་ཟབ་རྒྱས་མདོ་སྒྲགས་རིག་གཞུང་དང་བཅས་  
 དའི་ཆོས་རྒྱལ་མཐའ་ཡས་པ་གསན་པས་མཁས་པའི་  
 སྟན་པ་ཐོབ། རང་དགོན་དུ་ཕེབས་ནས་དགུང་གངས་སུ་མ་  
 ཅུ་བཞེས་སྐབས་འདྲེ་མི་པམ་གྱི་དངོས་སྒྲིབ་འཆོ་བྱད་  
 མཁས་དབང་ནོར་དགའ་ལས་གསེ་རིག་གསན་སྦྱང་  
 མཛད། བྲག་གཡལ་ནི་མིན་ཅན་བརྒྱད་པ་མཆོག་གི་  
 ཐུགས་འདོད་བཞིན་སྒྱི་ལོ་༡༩༣༩ལོ་དང་ས་སྐྱལ་དགུང་  
 གངས་ ༥༣ནས་སྒྱི་ལོ་༡༩༥༣ལོ་ལྷོ་ཆུ་སྒྲིལ་དགུང་  
 གངས་ ༥༥བར་བྲག་གཡལ་སྒྱི་མཛད་གྱི་འགན་བཞེས་  
 ལོ་བཞི་དང་། སྒྱི་ལོ་༡༩༥༤དགུང་གངས་ ༥༧ལོ་  
 བྱི་ནས་སྒྱི་ལོ་༡༩༥༩དགུང་གངས་ ༥༥ཆུ་ཏྲ་བར་བོད་



ས་གནས་སྤྱིང་གཞུང་གི་ནང་མ་མཁན་སྡེ་རྒྱུ་ཁའི་གོ་  
 གནས་ལེ་བརྒྱུད་འཛིན་ཏེ་མདོ་སྤྱིའི་ལས་བྱ་མཛོད་ནས་  
 དལ་ཆེར་ཆབ་མདོར་བཞུགས། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལྷན་འབྲེལ་སྤྱི་  
 ལས་འཁུར་བཞུགས་ནས་བརྒྱུ་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཆའི་གོ་མིང་  
 འཛིན་ཏེ། ༡༩༥༥ལོའི་བར་ལས་སྒོ་བསྐྱུངས་པ་གནང་།  
 བཅུངས་འགོལ་ཐོབ་ཇེས་མདོ་སྤྱི་བཅུངས་འགོལ་ཅུ་  
 ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་ཅུ་ཡོན། ཆབ་མདོའི་ཆོད་ལྷ་སྒོ་བ་རྒྱུ་  
 (མི་རིགས་སྒོ་བ་རྒྱུ་།) ཐོག་མར་འཇུགས་སྐབས་  
 སྒོ་བ་གྲུའི་དགོ་ཆན་དང་། ཞའོ་གྲང་། རིག་སྒོ་བ་ཁྱའི་ཁྱུ་  
 གྲང་། ༡༩༥༥ལོའི་ཟླ་༡༡པར་གསར་དུ་བཅུགས་པའི་  
 སྤྱིང་གོས་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་སྐབས་དང་པོའི་ཅུ་ཡོན་ལྷན་  
 ཁང་གི་ཅུ་ཡོན། སྤྱིངས་ནང་བསྐྱུན་ཡན་ལག་མཐུན་



ཚོགས་ཀྱི་ལས་འཛིན་བཅས་འགན་བཞེས་མཛད་དེ་ཡལ་  
 ཆེར་ཆབ་མདོར་གཏན་བཞགས་གནང་ནས་༡༩༤༠ལེའི་  
 བར་དང་། ༡༩༤༡ལེའི་ཟླ་གནིས་པར་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་  
 སྤོང་གོས་སུ་གཏན་སྡོད་ཞུ་ཡོན་དང་ཁོངས་མི་ནམས་སོ་  
 སེའི་ཁྲོད་སྟེ་ཐོག་མའི་སྐྱེས་ཁྱིམ་དུ་གཏན་བསྡོད་དགོས་  
 པའི་གོང་རིམ་བཀའ་ལླུང་ཁོང་གི་འབྲུངས་ཡུལ་བྲག་  
 གཡམ་ཁྲོད་འཁོར་ཁ་འཁོར་དུ་འཁོར་ཁ་ཚང་སར་ཕེབས་  
 བཞགས་ཀྱིས་༡༩༥༡ལེའི་ཟླ་དང་པོར་དགུང་གྲངས་  
 ༥༥འམ་དགུང་གྲངས་༥༤པོར་ལྷགས་ཡག་ཟླ་༡༡ཚེས་  
 ༥ཉིན་དགོངས་པ་ནི་དབྱེངས་སུ་ག་ཤེགས།

དམིགས་བཀར་གསལ་བ་འཁོར་ཞུ་རྒྱུ་ནི་༡༩༤༤  
 ལོར་སྡོངས་གྲུ་ཞུད་ཐེངས་བདུན་པའི་ཚོགས་འདུའི་



དགོངས་དོན་ཆབ་མདོ་ས་ཁུལ་རིམ་གསུམ་ལས་བྱེད་  
 དཔེ་ཚོགས་ཆེན་ཐོག་བསྐྱར་ལོག་རོ་ལངས་བྱེད་མཁན་  
 དཀ་ཆེན་ཆེ་འབྲིང་རྩུང་གསུམ་ལ་དགག་རྒྱག་དེ་རྒྱལ་གྱི་  
 ལས་འགུལ་སྒྲེལ་སྐབས་གདོང་ཀོང་སྐུལ་སྐུ་ལ་བསྐྱར་  
 ལོག་རོ་ལངས་གྱི་འགོ་པ་དཀ་ཆེན་འབྲིང་བ་ཞེས་བྱེད་  
 གཞི་ཞིག་སྒྲོ་བྱར་ཕོག་སྟེ་སྐབས་དེར་ཏང་གི་མཛུབ་ཁྲིད་  
 གྱི་བསམ་མ་གློད་“གཡོན”གྱི་ནོར་འབྲུལ་འཁོར་བའི་རྒྱན་  
 གྱིས་རྩུང་དེག་ཐག་གཅོད་གྱིས་ས་ཁུལ་སྤྱིད་གྲོས་གྱི་ཨུ་  
 ཡོན་གྱི་ཐོབ་ཐང་ཕོགས་རིམ་བཅས་པ་ཕྱིར་འཐེན་ལས་ཀ་  
 མཚམས་འཇོག་རང་ནོངས་བསམ་གཞིགས་ཕྱིས་སྒྲོད་  
 དགོས་པའི་བཀའ་པུང་ལ་འཛོལ་གསལ་རོགས་དངུལ་ཙམ་ལ་  
 བཏེན་དགོས་ཀྱི་ཐོག་མི་རིང་བར་རིག་གནས་གསར་



བརྒྱ་ཆེན་པོའི་ལས་ལྷན་ལ་སྤྱོད་པར་ཁེ་བཞུང་གིང་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་ལྷན་ལྷན་གྱི་ལས་ལྷན་ལྷན་སྤྱོད་  
 དབང་གྲགས་ཅན་ཞིག་རེད་ཅེས་པའི་རྒྱུ་རྗེས་སྤྱོད་མ་  
 ཞིག་ཕོག་ནས་ལྷན་སྤྱོད་མེད་པར་ལྷན་ལྷན་སྤྱོད་  
 གནས་ཀྱང་གོང་བཟུང་གི་ལས་ལྷན་སྤྱོད་ལྷན་སྤྱོད་  
 དགོས་པ་བཅས་ལེ་ཤིང་བརྒྱུད་ཅིང་མཉམ་མཉམ་མཉམ་མཉམ་  
 གོངས་སྤྱོད་པ་དང་། ཁོང་གི་ཉེན་པོ་བརྒྱུད་ལེ་ཤིང་ལེ་ཤིང་  
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 སྤྱོད་པ་རེད། ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 གནས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 སྤྱོད་པ་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་



སྒྲོར་འཛིན་ཐོག་སྒྲོ་རྒྱན་ནས་འཤེས་བྱར་ཞིབ་འཇུག་དང་  
 བདེན་འཆོལ་གྱི་ཕྱི་བའི་སྒྲིང་སྒྲོབས་ལ་འགྱུར་བ་མེད་པར་  
 བདེན་པ་མཐའ་གསལ་ཡོང་བྱུང་ཡོད་ཆེས་གནང་བཞིན་  
 ཡོད་པ་ལྟར་ཏང་གི་སྐབས་བཅུ་གཅིག་པའི་རྒྱང་ཨུ་ཚང་  
 འཛུམས་གྲོས་ཚོའི་ཐེངས་གསུམ་པ་འཆོགས་རྗེས་  
 ༡༩༥༡ལོ་སྒྲོར་བྲག་གཡལ་རྫོང་གིས་འདས་རྗེས་ཆབ་  
 སྒྲིང་ཐོག་དཀར་འདོན་དག་སེལ་དང་གདོང་གོང་དགོན་  
 པ་ཉམས་གསོ་དགོས་པའི་མཐུན་རྐྱེན་གང་བྱས་དངུལ་  
 སྒྲོར་༡༤༩༠༠གནང་བ་དང་། ས་ཁུལ་ཏང་ཨུན་འཐབ་  
 རྩེགས་གཅིག་གྱུར་ཕུལ་དང་སྒྲིང་གྲོས་ཐུན་མེད་ནས་ཕྱི་  
 ངན་ཞུ་བའི་ཆོགས་འདུ་ཞིག་གྱུང་སྒྲོང་འཆོགས་གནང་བ་  
 རེད། ཁོང་གི་བྱུང་ཆོས་གཅིག་ནི་སྐུ་ཆོ་རྒྱལ་པོར་འཤེས་



ཡེན་སྒྲོབ་སྒྲོང་དང་ཆེས་ལྷགས་དང་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་  
 ལ་ཞིབ་འཇུག་གནང་རྒྱུ་ཐུགས་མེས་ཆེན་པེ་ཡོད་མཁན་  
 ཞིག་ཡིན་སྐབས་གདོང་ལོང་སྒྲུ་ལ་སྒྲུ་སྒྲུ་ཐོང་དུག་གི་རིང་  
 བསགས་པའི་ཆེས་ལྷགས་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་བཅས་ཀྱི་  
 ཕ་ཆའི་དཔེ་ཆ་ནམས་རིམ་པས་ཆབ་མདོར་བཞུགས་  
 གནས་གཟིམས་༥༠ག་ཏུ་དཔོན་གསེག་བྱས་པ་ནམས་  
 རིག་གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་ས་ཁྲལ་ཏང་  
 ཨུང་འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་གྱུར་དུ་ལ་རེ་འདུན་སྟན་མེད་  
 དང་འབྲེལ་དཔེ་ཆ་འདི་ནམས་ཆེས་དཀོན་པའི་ཕ་ཆའི་ལོ་  
 རྒྱུས་ཞིབ་འཇུག་ལ་མཁོ་བའི་རྒྱ་ཆ་༥༠་སྟེ་ཡིན་གཤེས་  
 ཅིས་བཞེས་མཛོད་ཏར་མཛོད་རིགས་ཞུས་ཏེ་ཅིས་འབྲལ་  
 གིས་སྐབས་དེར་སྤྱོད་གྲོས་སུ་ཡོད་པའི་ཆེས་དོན་གཞུང་



ལས་ཁང་ལ་རེ་ཞིག་ཏར་ཚགས་བགྱིས་བྱང་། རྟོང་པ་ཏར་  
ཚགས་བྱི་བྱོང་གཞི་ཕོག་རྒྱར་འཛིགས་ཏེ་སྤང་ཏར་མ་  
ནུས་ཡོངས་ཇོགས་མེ་རྒྱར་སྤངས་ཏེ་ཙུ་མེད་རྒྱར་པ་རེད།

གདོང་གོང་སྐྱལ་སྐྱུ་ཁོང་ཉིད་བྱི་གསུང་ཙུ་མ་ཕོད་  
ཡོང་བཞི་ལྔ་སྟོར་ཡོད་ཅིང་དགུང་གངས་༡༥སྟེ་ལོ་  
༡༩༡༡ཕོད་ལུགས་བྱ་ལོར་<sup>ལ</sup>སྐྱབས་ཇེ་པ་ཕོང་ཁའི་  
མདུན་ནས་ལམ་རིམ་ཉམས་བྲིད་གསན་སྐྱབས་བེན་བྲིས་  
བཞོད་པའི་ལམ་རིམ་བྲིད་ཡིག་ནམ་གྲོལ་ལག་བཅངས།  
ཞེས་ད་ལྟ་འང་འགྲིང་པར་འཁོད་བཞུགས་ཕོད་གཅིག་  
དང་། དགུང་གངས་༡༤མེན་སྐྱབས་སྐྱབས་ཇེ་པ་ཕོང་ཁ་  
རིན་པོ་ཆེས་བཀས་མངགས་བཞིན་སོག་ཡུལ་འག་ར་མུ་  
རིང་དགོན་པའི་སྐྱལ་སྐྱུ་འག་ཅིན་ཐུ་ས་ལག་ཆེའི་ནམ་ཐར་



རྒྱལ་པ་པོ་དང་གཅིག་དགུང་གྲངས་༤༥ གྱི་ལོ་༡༩༤༣ བོད་  
 རྒྱ་རྒྱལ་པོ་དཔུ་བཙུམས། དགུང་གྲངས་༥༥ གྱི་ལོ་༡༩༥༠  
 བོད་ལུགས་རྟག་ལོར་གྲུབ་པ་བྲག་གཡབ་རྒྱབས་མགོན་  
 རྒྱ་ཕྱིང་བརྒྱད་པའི་རྣམ་ཐར་པོད་ཆེན་གཅིག་སྤྱིང་གྲོས་  
 རྒྱུག་ཡིག་དགོངས་དོན་ལས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་གས་རིག་  
 གནས་ལོ་རྒྱལ་ཕྱི་མ་རྒྱུག་ལས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་དགུང་  
 གྲངས་༤༤ གྱི་ལོ་༡༩༤༤ བོད་རྒྱ་ཡིས་ལོར་བཙུམས་  
 པའི་གདོང་རྒྱལ་རང་ཉིད་ཀྱི་རྟོགས་བརྗོད་《གདོང་ལོང་  
 ལུ་ཡོན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོའི་རྟོགས་པ་འདི་  
 རྣམ་འབྱུལ་པའི་རྩོས་གར་དོ་མཚར་ལྟ་མོ་འབྱམ་འཆར་གྱི་  
 རྩོག་བརྟན་》ཞེས་པ་ད་ལྟ་ཞུ་རྒྱུ་ཞུས་པ་འདིར་གྱིང་གཞི་  
 ས་བཅད་ལྟ་ལས་ལོ་ཐ་ཕྱི་མ་འབྱོར་ལུས་པ་པོད་གཅིག་དེ་



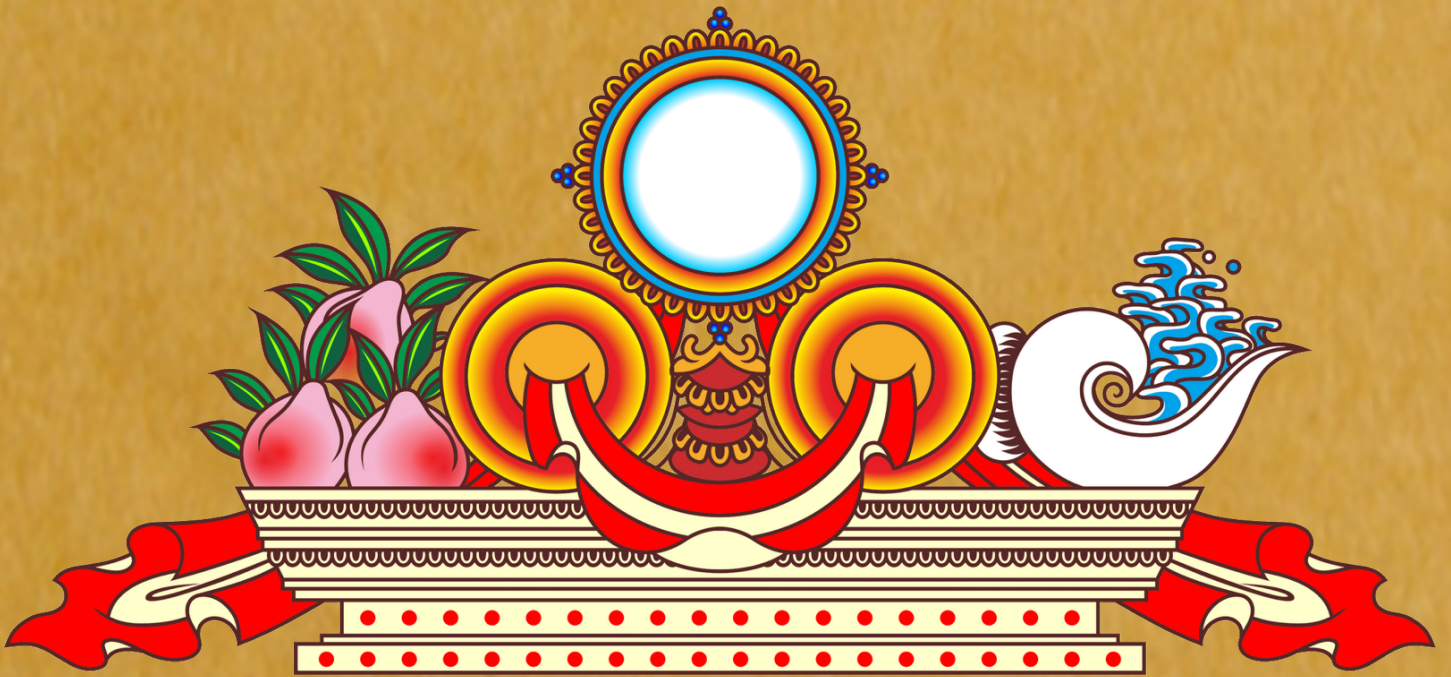
མིན་དགུང་གྲངས་ ༥༠ ལྗེས་བཅུ་མས་གནང་ཁོང་གི་གོང་  
 མ་གདོང་སྐྱུལ་ངག་དབང་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཆོའི་ནམ་ཐར་  
 རྒྱས་པ་ཞིག་དང་། དགུང་གྲངས་ ༥༡ ལྗེས་ནས་བྲ་སར་  
 སློབ་གཉེར་གནང་རིང་གདན་སའི་རྟགས་གསལ་ཉེར་  
 མཁེའི་ཡིག་ཆ་ནམ་འབྲེལ་གྱི་ས་བཅད་པར་ཕྱིན་མངོན་  
 རྟགས་རྒྱན་གྱི་ཆོག་འབྲེལ། མཛོད་དང་འདུལ་བའི་ནང་གི་  
 རྟགས་གསལ་རིགས་འབྲེལ་བྱུང་མཚར་མང་ཞིག་  
 བཅུ་མས་སྒྲིག་དགུང་གྲངས་ ༥༤ ལ་གསུམ་ཡིག་གཅིག་  
 དང་། སྡེ་མ་གསུམ་ལྡན་པས་ཉིན་ཞག་ཕྱགས་གཅིག་ལ་  
 ཉམས་ལེན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ། གསེ་རིག་ཅུ་བ་ལྟ་བུ་མ་  
 རྒྱུད་གསུམ་གྱི་བསྐྱུས་དོན་ནམས་བཅུ་མས། དགུང་གྲངས་  
 བཞི་བཅུ་ལྔ་བཅུ་ལྗེས་ལ་བཅུ་མས་གནང་བོད་སྐྱེལ་བག་



ལྟོན་ལ་ཉེར་མཁོ་《དར་བ་ལྟ་ལ་མེལ་གཏམ་པ་དག་  
 རྒྱུ་བ་》དང་། མཐུལ་བ་ལྟ་པ་སྣ་ཚོ་གས། བཅིངས་  
 འགྲོལ་ཐོབ་ནས་སྐྱེ་ལོ་༡༩༥༠ལོར་སྟན་ངག་གི་ལམ་  
 ནས་གཙོ་འཛིན་མའོ་གུ་ལུ་ཞི་ལ་བསྐྱབས་པ་བརྗོད་པ་  
 གཡམས་འབྱེལ་དུ་གི་སྐྱ་དབྱངས་ཞེས་པ་དང་། གསར་  
 བརྗོད་ལས་ཞུགས་ཚུན་སློབ་གྲུ་དག་ཆན་གནང་སྐབས་  
 སུམ་ཉགས་ཀྱི་འགྲོལ་ཆེན་ལྡེའི་སྐྱོང་དོན་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་  
 བསྐྱབས་པ་པོད་ཆེན་ཞིག་ཕྱོམ་སྐྱོག་སྐྱེ་ལོ་༡༩༥༡—  
 ༡༩༥༣སམ་ཁུལ་སྤྱི་དྲུག་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་ཕྱོམ་སྐྱོག་  
 ལས་སྐྱབ་གནང་སྐབས་གོང་གསལ་ཉེགས་བརྗོད་ཕྱོམ་  
 སྐྱོག་གོང་དུ་བཅུམས་བེན་དང་། རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་  
 ཕྱོམ་ཡིག་སྣ་གྲངས་༡༤སྟེ།《བོད་ཀྱི་གསེབ་རིག་པའི་



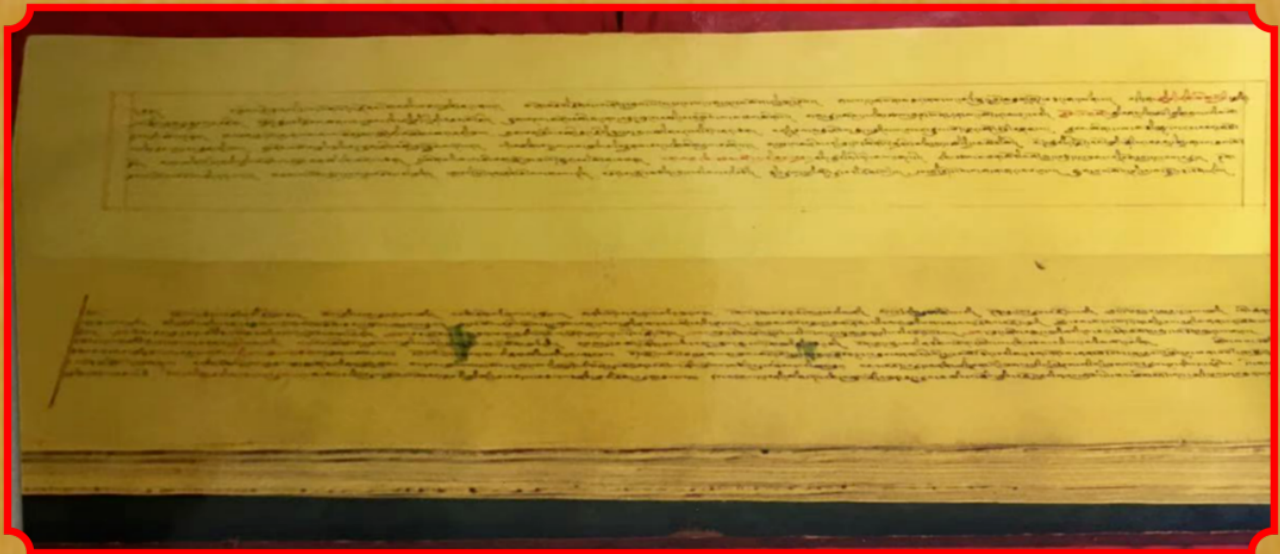
བྱུང་བ། ༥ྫོད་ ༥ྷོམ་གསལ་གྱི་ནམ་བཞག་མདོར་  
བསྐྱེད། ༥ྷོམ་སྤུམ་བསྐྱེད་མི་བྱུང་བོ།







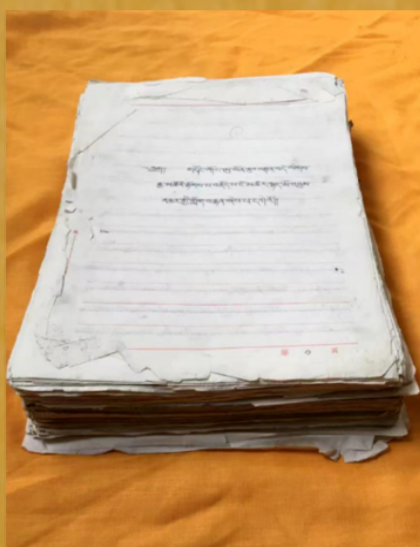
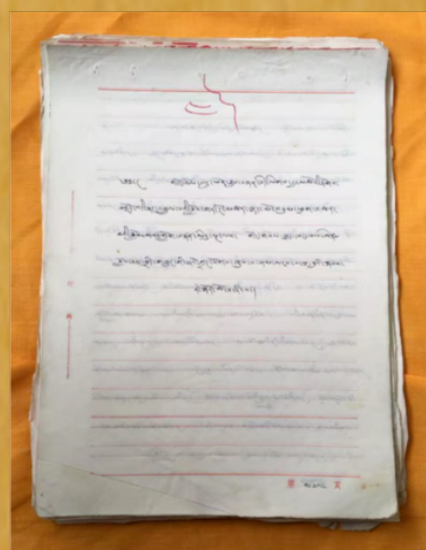
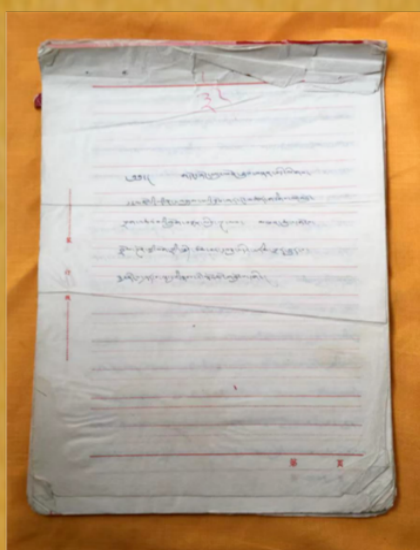
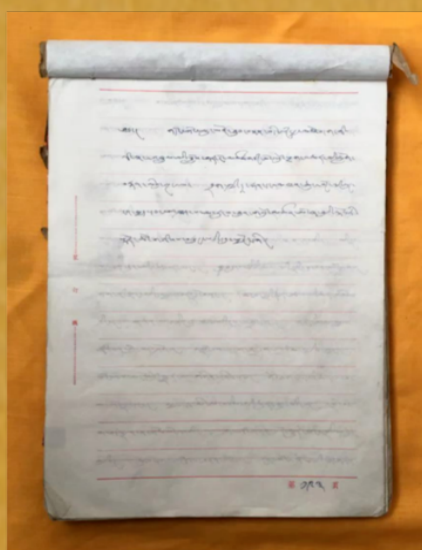
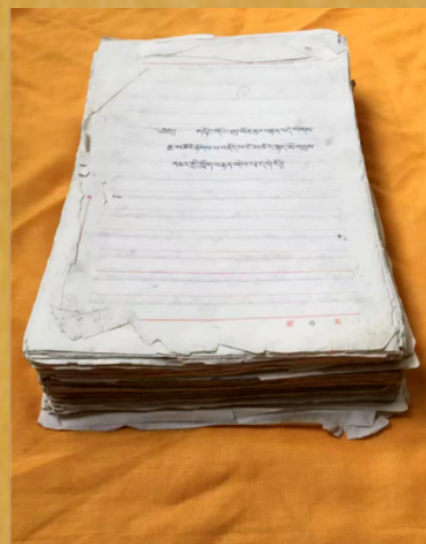
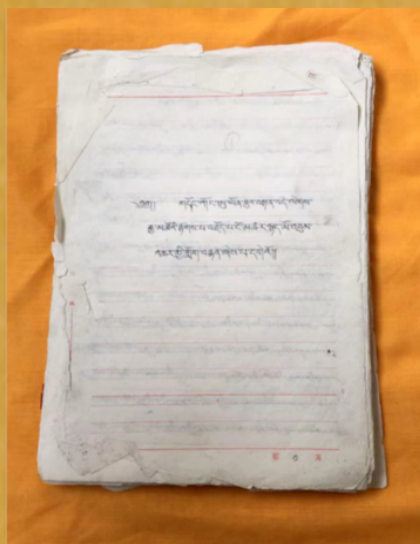
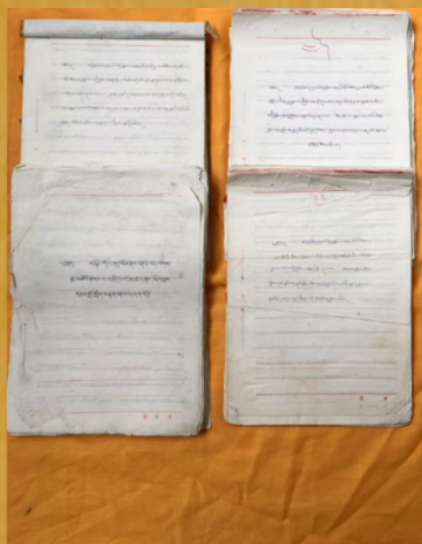
གདོང་ཤོང་སྒྲུལ་སྒྲུབ་བསྟན་བདེ་ཡེགས་ཀྱི་མཆོ་མཆོག་གི་སྒྲུབ་ད།



རང་རྣམ་མ་ཡིག་ཕྱག་བསྟར་མ།







མེ་སྒྲིམ་དང་ཡིག་སྒྲུབ་བཟང་ཆོས་ལུན་དམ་པ་དང་ཁོང་གི་ཆ་བོ་བཟུ་འཕེས་ཆོ་བརྟན་ལགས་གཉིས་ཀྱིས་གདོང་ཁོང་  
ཟིན་པེ་ཆེའི་རང་རྣམ་མ་ཡིག་ཕྱག་བསྟར་མ་ལས་བ་ལུས་པའི་ཟིན་བྲིས་དངོས་གཙང་།



གདོང་ཤོང་ཅུ་ཡིན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་  
བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲེས་གར་དོ་  
མཚར་གཟིགས་མོ་འབྲུམ་ཕྱག་འཆར་  
བའི་སྒྲོག་བརྟན་ལེའུ་ལྡ་ལས།

དང་པོ། རྒྱ་དུའི་དུས་ཟླ་བདག་མིང་འབྲུར་ཅམ་ལས།  
གཙོ་ཆེར་སྒྲོབ་གཉེར་ལ་འབད་པ་ཉི་མཁུ་གྱི་སྒྲུང་བ་ལྟ་  
བུའི་སྒྲོར།

མཁུན་བཙུ་ལྷུས་པའི་དཔལ་ཡིན་ཡོངས་ལྡོགས་དོན་  
གཉིས་མཐར་ཕྱིན་གང་དག་དང་། ། མདོན་མཐོའི་ཉེགས་  
པས་ནོར་འབྲུལ་ཡོངས་སྒྲུངས་ཡང་དག་ལྷགས་མཚོག་  
དིང་ལྷགས་སྒྲོལ། ། གཡམས་དང་གཡོན་མཐར་ནམ་ཡང་  
མི་ལྟུང་སྒྲོ་མཐུན་གྲོགས་བཟང་གང་ཡིན་པ། ། འདི་དག་



ཞི་སྤྱི་དེན་ཆེན་གསུམ་ཕྱིར་དུས་ནམ་ཀུན་ཏུ་སྐྱབས་སུ་  
 བསྟེན། ། འཕྱོར་ཆུད་མི་སྟོམས་ཆགས་སྒྲུང་གྲལ་དེམ་ཇི་  
 སྤྱི་དེ་སྤྱི་འཐབ་མི་སྟེ། ། སྐྱབ་བསྐྱལ་གཞོན་འཆེ་གང་  
 ནས་འབྱུང་ཁུངས་འཆིང་བ་གཅོད་ལ་མཁའ་ཆེན་པོ། །  
 བདག་ཆུད་ཆོད་དུ་དེག་ཅུལ་ཀུན་ཡོན་ཏན་ལང་ཆོ་དར་  
 མཛོད་པའི། ། སྟོབ་དཔོན་ཆོགས་གྱེ་བཀའ་དྲིན་བསམ་  
 གྱིན་གས་པའི་མཆོ་རྒྱབས་ཉིན་བཞིན་འཕྱར། ། དཀར་ནག་  
 སྒང་དོར་མདུན་ལམ་གསལ་སྟོན་འགར་ཕྱོགས་ཉི་གཞོན་  
 འཆར་ཀའི་གཟི། ། ཀུན་པན་བུམས་བཙེ་བྱགས་ཇིའི་ཟླ་  
 རྒྱས་བདུད་ཅི་གསར་པའི་འོད་དཀར་ཅན། ། འཛིགས་  
 བྲལ་མཐུ་སྟོབས་བྱགས་དབྱེངས་ཡངས་པར་རྟལ་པོད་  
 སྒར་ཆོགས་འབུམ་བཀྲག་པ། ། རྒྱབས་ཆེན་དཔལ་གཟི་  
 བྲགས་པ་རབ་འབར་གཙོ་འཛིན་ཆེ་ནམས་ཕྱག་གི་ཡུལ། །



གྲུ་མོ་མ་འཛོ་བ་སྤྱིད་གྱི་དབང་ཕྱུག་ཉེར་འཛོ་སྤྱད་སྒྲིབ་ལ་  
 སེགས་པར། ། ཡིན་བཞིན་དབང་རྒྱལ་དཔལ་གྱིས་མི་  
 བསྐྱོན་མ་བསགས་རིན་ཆེན་རྒྱལ་བཙུགས་དང་། ། མ་  
 སྤྱད་ས་མངས་པའི་ཕྱད་པེ་ཆེན་པེ་ག་ཤེར་མིན་བདུད་ཕྱིར་  
 རྒྱ་མཚོ་ཆེ། ། འདོད་རྒྱུ་རེ་སྒྲོང་འགོ་བྱིད་ནམ་པར་བཀའ་  
 དྲིན་དྲན་པའི་ཐལ་མོ་སྦྱར། ། གནས་མིན་ལམ་དུ་ག་ཤེས་  
 གྱིས་གཞིལ་བ་འབྱེད་ལྡན་ཕྱི་མ་རིག་གཞོད་པ་ཅན། ། རྒྱ་  
 ཆེན་མི་དམངས་ཁེ་པན་ཕྱོགས་སུ་ཁ་ལོ་སྦྱར་བའི་ཆོ་ག་  
 མཁན། ། ཡན་ཙན་རིག་ཕྱིལ་ཆོགས་འདྲའི་གསུང་  
 བ་ཤད་ཤེས་རྒྱུ་བདེ་ལེགས་གཡང་ཆགས་དེ། ། རིག་  
 ཕྱིལ་མཁན་ཆོའི་མགོ་སྤྱད་བཙུད་དང་སྤྱག་པའི་སྤྱོག་སྤྱད་  
 དང་བས་བཙུད། ། སྤྱོན་བྱས་རང་མོངས་ཉེས་པ་ཇེས་དྲན་  
 འབྱོད་པས་མཐོལ་ཞིང་བ་ཤགས་པ་དང་། ། འདི་



གཟིགས་གནན་ལ་ལྟོག་ཕྱོགས་བསྐྱབ་བྱའི་ཉམས་ཕྱིང་  
 ལེགས་བཅོས་འཕྲོག་པའི་ཕྱིར། ། མདེ་མེད་ཁོ་བོའི་བདེ་  
 རྒྱལ་བྱ་སྦྱོང་ཉིན་ཐོར་གསལ་ལ་འཁོད་གང་ཡིན་པ། ། ཁ་  
 འཕྲོར་ཡིག་རིགས་ཕྱོགས་གཅིག་སྦྱང་འདི་གཅིག་ཏུ་དོན་  
 མེད་དོན་ལོག་མིན། ། རྟོང་རུལ་སྦྱི་ཆོགས་སྦྱ་བའི་དོག་  
 ལམ་དུ། ། དུས་ཀྱི་བྱེད་པོས་ས་གདན་ལྟར་འཕངས་པ། །  
 རྒྱལ་ལྷས་ཆོས་སྤྱོད་འདུལ་སྦྱོང་བའོག་རིས། ། བཀྲ་ཡང་  
 རྒྱུ་པ་འཕྱིད་པའི་ཉིན་དུ་བད། ། ཆོས་ཀྱིས་བདག་སྦྱོང་མ་  
 དུལ་ཞིང་། ། འཛིག་ཉིན་མི་བྲལ་མ་ཚུངས་པ། ། གཉིས་མེད་  
 བདག་འདྲར་མི་འགྱུར་བར། ། དོགས་ཟོན་མཐོ་བཞིག་བྱ་  
 བའི་གཞི། ། ལེགས་སམ་འཁོར་ཏུ་ཉམས་ཉེས་པའི། ། སྦྱོན་  
 བྱང་ལོ་སྦྱས་བརྗོད་པ་ནི། ། བྱང་དོར་བསྐྱབ་བྱ་བྱང་ཡུལ་  
 གྱི། ། དག་ཅན་ཚུལ་དུ་འགྱུར་བའང་སྤྱོད། ། ཉམ་ང་འབྲུམ་



འཇིངས་འཕྲང་འགག་མང་པོར་མཛོན་སྒྲིག་ཐབས་ཚུལ་  
 ངན་དགུས་ཏུལ། ། སྤང་འཛོལ་བགྲེས་སྒྲིམ་ངང་ཚུལ་  
 བབྲང་འདས་ཁྱི་ཕྱག་དཀར་ཆོགས་འདི་འཕྲང་དང་། ། བུ་  
 ཕྱག་གསེ་སྦྱང་ཀུན་རྟོག་འདི་འཆར་ཁྱི་ཕྱག་དག་ལའང་  
 རྟོགས་བརྟེན་གྱི། ། གླེགས་བམ་ཡོངས་མཛོད་དོན་ཅིར་སྤྱུས་  
 འབྲི་གཏན་པར་ཁོམ་པའི་མི་དེ་སྤྱ། ། ལྷགས་ལྷོག་ནམ་  
 བྱང་བདུད་ཅིའི་ཟས་ཆེན་འཆིང་བ་ཡོངས་གྲོལ་གནས་དེ་  
 རྟེན། ། ལྷགས་བཟང་སྒྲོབ་བཙུན་ཀུན་པན་ག་ཤེས་གོམས་  
 འཕྱོར་ངན་སྤངས་པ་དེས་རྟེན་མཛོད། ། ལྷགས་འབྱུང་རྟེན་  
 འབྲེལ་སྒྲིམ་པའི་ཡོ་ལངས་སྤྱག་ཀུན་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་  
 ལ། ། ལྷགས་བྱང་ཞེས་བསྒྲགས་གྱི་ནའི་ངལ་བར་རྟེན་  
 མཆོག་ཚུད་གཟེན་གྱུར་པ་པངས། ། འདི་སྤང་འཛོལ་རས་  
 གཞིའི་ངོས་སུ་དཀར་དང་ནག་ཅོག་འདྲེས་མ་ཡི། ། ཡང་



མེས་ཆེན་པོ་འབྲུལ་པས་བྲིས་པ་བདེ་སྟུག་ལྗོངས་གར་ཆོན་  
 གྱི་རིས། ། བཀྲག་ཏུ་མཚར་ནམས་སྟུ་ཡིས་བགྱང་ནུས་སྟུ་  
 ལ་དོན་གྱི་སྟོང་པོ་འང་ཅི། ། འོན་ཀྱང་སྟུ་མའི་གཟེགས་མེར་  
 དགེས་ལ་རིག་ཙུལ་འདི་ཡང་མི་མཚར་མིན། ། ཞེས་ལས་  
 ཙུམ་པའི་ཐོག་མར་དགའ་ཞིང་གུས་ལ་བསྟུགས་པར་  
 འོས་པའི་ཡུལ་བྱང་པར་ཅན་ལ་ཕྱག་འཚལ་བ་དང་། །  
 དངེས་པོ་ངས་པར་བསྟན་པའི་སྟན་ཆོག་གིས་མདུན་  
 བསྟུས། ། བོད་ལྗོངས་མདོ་སྣང་བྲག་གཡབ་ཁྲུལ་གདོང་  
 གོང་སྟུལ་སྟུར་སྟོ་བཏགས་པ་བྱབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་སྟུ་  
 མཚོ་ཟེར་བའི་གང་ཟག་ནོར་མ་ཉན་ཁི་བོས་ངན་བྱས་ངོ་  
 བྱུར་སྟུ་པན་བསམ་ངན་སྟོར་ཙུབ་ལས་ངན་གྱི་བྱེད་པོ་  
 བསྟན་འབྲས། འཛིག་ཆེན་བདེ་སྟུག་འབྲུལ་སྣང་སྟུ་ཆོགས་  
 ཇི་ལྟར་སྟོང་ཙུལ། མ་རབ་བྱི་པག་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་



བྱ་སྒྲིང་ཉིན་དེབ་ཏུ་ཐོར་བུར་བཞོད་པ་ན་མས་ཕྱོགས་  
 གཅིག་ཏུ་བསྐྱེབས་པའི་ཞར་བྱུང་། བཀས་བཞོད་རྒྱུད་  
 འཛིན་ཞིང་བུན་ལམ་ལྷགས་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ལམ་  
 ལྷགས་ལེ་རྒྱས་རགས་རིམ་དང་འབྲེལ་དེ་དག་ལ་སྐྱོན་  
 འབྱེན་འགོད་པ་བཅས་ཏེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟ་བུའི་གཏམ་ལ་  
 འཇུག་པར་ཆ་ཚང་བའི་ལེ་རྒྱས་སྒྲོག་འདོན་བར་སྐབས་གྱི་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བཅས་ལ་ཞིབ་པའི་རྟོག་འཇུག་ཐུབ་པ་  
 དང་། རབ་བཏགས་དང་བསྐྱེད་ཆོག་སོགས་རིག་གཞུང་  
 ན་མ་འགྱུར་བྲགས་རྒྱས་མཆིས་པ་ན་མས་གྱིས་བརྗོད་བྱའི་  
 གནས་ཚུལ་དེ་དག་འ་ཞིན་བསྐྱེད་བསྐྱེད་གྱི་ཡུལ་དུ་  
 བཀྱར་རམ། སྒྲིང་ཡུལ་སྐྱོན་འབྱེན་བྱས་གསལ་པོས་  
 མཐུན་པས་རྒྱབ་མེད་གྱི། ལྷོ་བ་རེ་བྱུང་ངམ་ལེ་ལུ་ཁོམ་  
 ཡུངས་ལས་གཟིགས་མི་ཁོམ་པ་དང་། སྐྱོན་དག་སོགས་



ལ་དེ་ཙམ་ཞལ་འདྲིས་མེད་པ་ནམས་ལ་ཐོག་མར་གླེང་  
 ཞིང་གསལ་ལོས་འདི་འདྲ་ཞིག་མཆིས་ཏེ། སྦྱར་ན་འདིར་  
 སྦྱོ་ཆོགས་སྤོང་པ་ངན་རྒྱལ་ལམ་ལྷགས་བརྗོད་བྱར་བཟུང་  
 ཞིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་འགས་ཆེར་འཕོ་བ་སྦྱེལ་བའི་མི་  
 ཞིག་གི་བྱས་བྱུང་ཡིན་གཤེས་ཀྱི་ཕག་གར་སོང་གར་  
 བསྐྱད་ཀྱི་ངང་ཚུལ་བཤུགས་པ་ལྟར་ཐ་ཆད་སྦྱགས་བྱོའི་  
 གནས་ཞེ་གཅིག་ལས། གུས་བཀྱར་དགའ་ཞེན་བསྟོད་  
 བསྐྱགས་བྱ་ཡུལ་ཞིག་ཡོང་གནས་མེད་རུང་། རྗོད་བྱེད་ཀྱི་  
 ཆོག་གི་ཉམས་ལ་གང་གི་ལོ་རྒྱས་བཤུགས་བྱ་སྦྱོ་ཆོགས་  
 དེའི་གནས་ཚུལ་ནམ་འགྱུར། སྦྱོ་ཆོགས་དེར་འཕོ་བ་སྦྱེལ་  
 བའི་མི་དེར་དེའི་སྐབས་ཀྱི་བསམ་བློ་འདྲ་འགས་ཀྱི་རང་  
 གཟུགས་དངོས་མེད་དུ་མཆོན་ནས་པ་ཞིག་དགོས་པས།  
 སྐབས་དེའི་མེ་ལྗོན་དེ་དག་གི་བྱ་བྱེད་ནམས་ལ་ཡོངས་



གྲགས་ཐ་སྟོད་གྲུ་ཆོག་སེར་བཞག་དང་། བཀའ་གནང་  
 བ་སེགས་ལ་བཅོན་དབང་གི་ཉམས། ཞུ་འབུལ་སེགས་གྱི་  
 ཆོ་གྲུ་བཀུར་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས། ལྷག་ཅག་རང་ཉིད་  
 ལའང་དེ་དང་དེའི་ཆོ་སྒྱུ་སྒྲིང་སྒྲིང་འབྱེད་རིག་གཞུང་ལ་སྒྲོ་  
 སེམས་དོན་གཉེར་ཇི་ལྟར་ཡོད་ལྷགས་མཆོན་དགའ་ཞེན་  
 བསྐྲགས་བཟློད་བྱས་འདྲ་འཆར་སྒྲིང་བ། ཡང་སྒྲིང་སྒྲོབ་  
 དཔོན་དང་དགེ་ཆེན་ལྟ་བུ་བསྐྲགས་འོས་གྱི་ཡུལ་དམ་  
 བར་ནི་ཞེ་ནས་རང་བཞིན་བཟློད་པ་ཡུད། དེ་མིན་གཏམ་  
 བཟློད་འདི་ཉིད་སྒྱུ་སྒྲིང་གི་གནས་རྩྱལ་བསམ་སྒྲོད་ལོ་རྒྱུ་  
 འཆད་པ་ཡིན་ལ་ཡིན་བཞིན་དུས་སྐབས་དེ་དང་དེའི་  
 གནས་ལྷགས་རང་མདོག་གསལ་ཕྱིར་བྲིས་པ་ཞིག་དང་།  
 བར་བར་སྐྱོན་འབྱེན་གནད་ཐེངས་བཟློད་པ་ཉིད་སྒྱུ་ཆོགས་  
 གསར་སྒྲིང་གི་ལམ་ལྷགས་བཟང་ངན་བྱུང་པར་ཕྱན་བུ་



ཅམ་ངེས་འཛིན་གེ་རྟོགས་བྱུང་བ་ཕྱི་མ་པ་པེ་རང་ཉིད་གྱི་ད་  
ལྟའི་བསམ་ཚུལ་ཡིན་པ་མཁྱེན་དགོས་སོ། །

དེའང་། བོད་ལྗོངས་མདོ་སྨད་བྲག་གཡབ་ཁུལ་  
འཁོར་ཁ་འགར་དུ་གདོང་ཀོང་ཞེས་པའི་དགོན་རྒྱུད་དེ་ཉིད་  
ཆག་འདེབས་པ་པེ་ནི། གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་རས་གྱོན་  
ཞབས་ཞེས་ཉག་སའི་དངོས་སྟོབ། རྒྱུད་སྟོབས་གྱིས་ནམ་  
མཁའའི་དབྱིངས་སུ་བྱ་བྱ་ཤོད་ལྟར་འཕུར་རྒྱས་པའི་སྟོབ་མ་  
མང་དུ་བྱུང་བར་གྲགས་པ་དེའི་གྲས་འཁོག་ཡིན་པར་  
བཤད་པ་ལས། ལེ་ཆོགས་ནམ་ཐར་ལེ་རྒྱས་ཞིབ་ཏུ་མ་  
ངེས་འཁོར་། དེ་ཉིད་གྱི་སྒྲ་མ་གྲུབ་ཐོབ་ཉག་སའི་རིན་ཆེན་ནི་  
བཀའ་བརྒྱུད་པའི་སྦྱེས་མཆོག་འགྲོ་མགོན་པག་མེ་བྱ་པའི་  
དངོས་སྟོབ་དང་། པག་བྱ་འཕྱོན་དུས་སྦྱི་ལོ་༡༡༡༠ལ་  
བཞེན་དེའི་འོག་ཅམ་དུ་གསལ་ལོ། གྲུབ་དབང་མར་མའི་



སྒྲོབ་བརྒྱད་མཁའ་ལྷིང་བྱུང་། །གངས་ལྗོངས་ལྷ་ཡི་རྫིང་  
 རིང་བཀའ་བ་ནས། །རྒྱ་མཚན་དགོས་པ་རྒྱད་གཟིགས་བྱ་  
 རོད་ཅིག །བྲག་ལྗོངས་དཔག་བསམ་འཁོར་གི་སྤྲིང་ཁར་  
 བབས། །ཁར་སྐབས་འཁོར་རི་ཁྲོད་དེར་གྲུན་དགའ་  
 བའཁེས་གཉེན་ཞེས་པའི་ས་སྐྱའི་བླ་མ་བྱད་དུ་འཕགས་པ་  
 ཞིག་བྱད་སྒྲུང་ལ། རས་གྲོན་ཞབས་གྱི་སྒྲོབ་བརྒྱད་ཅིག་ས་  
 སྐྱའི་ཆོས་ལུགས་འཛིན་པར་གྱུར་པའམ། དེའི་ཡང་སྤྲིང་  
 དུ་འཕྲེན་པ་ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཚེལ། བདག་རྒྱུད་དུའི་དུས་  
 དགོ་ཆེན་གདོང་ལོང་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་ཞལ་ནས། དེང་  
 སང་འགའ་ཞིག་དགོ་ལུགས་ལ་ཕྱོགས་རིས་ཆེ་ཞིང་།  
 གོང་མ་ངག་དབང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་དང་། དེད་ནས་རིས་  
 མེད་གྲུབ་མཐར་དག་སྒྲུང་སྒྲུངས་པར་འཕྱ་མཁན་མང་  
 ཡང་། རང་དེའི་རི་ཁྲོད་འདི་དང་ཕོར་བཀའ་བརྒྱད་གྲུབ་



ཐོབ་རས་བྱོན་བྱིས་བཅུ། བར་དུ་ས་སྐྱ་པས་བསྐྱངས།  
 མཐར་དགེ་ལྷགས་པར་བྱུང་པ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་ཡོད།  
 ས་སྐྱ་འགོ་མགོན་འཕགས་པ་མེས་ཀྱིས་དུ་བྱོན་ཐེངས་  
 ་འགིག་གི་ལམ་བར་བྲག་གཡབ་ཏུ་དགོན་པ་ལྷག་འདེབས་  
 དང་། མགོན་པོ་གྲུང་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་འཁོར་སྤོང་ཞིག་ལ་  
 ཐིམ་ཚུལ་བསྟན་པ་ལས་གྲུབ་པ་མགོན་པོའི་སྐྱ་གསུམ་  
 ཆེས་བརྒྱད་འཛིན་མཁན་ཁ་འགས་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདྲག་  
 པ་ལས་དེ་ནས་ཕྱིས་ཆོད་བར་བཀར་འབྲུག་དར་ཆེ་བར་  
 སྤང་བས། དཔྱད་ན་ཀུན་དགའ་བ་འཕེས་གཉིན་བྱོན་དུས་  
 འགོ་མགོན་འཕགས་པའི་སྐྱ་ཆེའི་སྤང་སྤྱི་ལོ་༡༣༥༤ཙམ་  
 དུ་སྟམ། གྲུབ་དབང་རས་བྱོན་ཞབས་ཁུལ་དེར་དང་པོར་  
 བྱོན་སྐབས་གདོང་གོང་དགོན་པ་ཆགས་སའི་རི་དེ་འཁོར་  
 ལོ་བདེ་མཆོག་དང་དེའི་མདུན་མཁའ་སྤྱོད་མའི་གནས་རི།



ཕྱག་མཚན་ཐོད་ཁྱག་གི་བཟོ་ནམས་གསལ་བ། ཡུལ་ཉིར་  
 བཞི་ངོ་མ་དང་ངོ་འདྲ་བྱིན་ཅན་མང་དུ་ཡོད་སྐད་ལྟར་ས་  
 སྒྱུད་གསུང་གི་ལཱེར་ལོ་ཁྱུ་ཉི་གནས་སུ་གཟིགས་ནས་  
 དེར་རི་ཁྱོད་འདེབས་བཞིད་རི་ཞོལ་གྱིང་མིར་དགོན་པ་  
 འདེབས་པའི་ས་ཡུལ་གང་བཟང་འདྲི་ཏེ་ག་མཇོང་པར་རི་  
 གདོང་འདྲིའི་གོང་སྒྲོང་གོང་གོང་སྒྱུད་པེ་ཞིག་མཆིས་པར་  
 འདེབས་ན་ཞུས་པ་བཞིན་བཞུགས་གནས་བཏབ་པས་  
 མིང་དེ་སྐད་དུ་གྲགས་བྱུང་སྒྲིན་གྱི་གསུང་འབུམ་ཡིག་རྩོད་  
 འགའ་ཤེར་གདོང་ཁམས་དང་གདུང་ཁང་། རྫོ་ཁང་  
 སོགས་མིང་བསྐྱར་བའང་མཆིས། སྐབས་དེ་དག་ཏུ་དང་  
 ལྟན་མེར་སྐྱུ་དུ་མ་འདུས་ཤིང་ཆོས་ལྷགས་འཆད་ཉན་  
 སྒོམ་སྐྱབ་ཅུང་ཟད་དེ། རི་ཁྱོད་སྒྲོབ་བརྒྱད་གྱིས་སྒྱུད་  
 སྒོལ་ལས། སྒྱི་ལོ་༡༤༧༤་སྐོར་གདོང་གོང་ཆོས་རྫོང་



འཕ་ཕུན་ཚོགས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་པ་དེ་བྱུང་ཞིང་དགྲིལ་དམ་  
 རྒྱས་ཁྱི་སྟེང་དུ་འབྱུངས། སྐབས་དེར་རི་ཁྲོད་ཆེས་དབུལ་  
 རོངས་འགྲོག་སྐབས་ཁོང་རྒྱ་དུའི་དུས་ང་གཏོང་གོང་དུ་  
 འགྲོ་ཞེས་ཡང་ཡང་གསུངས་པར། ཕ་མགོན་རྗེས་ཁྱེས་ཏེ་  
 གདུང་ཁུང་འགྲོ་ན་ད་སོང་ཞེས་གདུང་མར་གནམ་  
 བཏགས་རྒྱག་སྒྲ། རིང་མིན་སྒྲར་གཏོང་གོང་དུ་བཞུགས་  
 པ་དགོན་ལུང་བླ་མ་རིན་ཆེན་དབང་ཕུག་གི་ཡང་སྟོང་  
 ཡིན་རྒྱ་གཤམ་ཆེར་བཏེན་རྗེས་འཇུག་གྲ་སྟོབ་ཚོས་རི་ཁྲོད་  
 དུ་གདན་དྲངས་སྟོབ་གཏོར་ཕུལ། དེ་སྐབས་ཕུ་གེ་ཉམ་ང་  
 བ་མི་མང་པོ་ལྟོགས་གྱིར་འགྱུ་བ་བྱུང་ཆོད་རབ་སྟོང་ཆོང་  
 ནས་གཏོར་མ་བཏང་སར་གདན་དྲངས་གསེལ་འདྲེན་  
 བསྟེན་བཀུར་བྱས་པར། གཏོར་མ་ཡི་དྲགས་ལ་བསྟེན་  
 བྱང་ང་ལ་བཏང་འདྲ་བྱུང་ཞེས་ནམ་ཐར་ཞལ་གསུང་མར་



གསལ། འབྲི་སྒྲིག་བྱང་རྗེས་ཁོང་དང་གྲ་བཙུན་ཁ་འགས་  
 དབུས་ཕྱོགས་སློབ་གནེར་ལ་འབྱོན་བཞིན་བོད་དུ་ཕེབས་  
 ནས་སྟེ་ཐང་རྩ་བ་སྟོང་དུ་གྲ་འབྲིམས་ཆོས་ཞུགས་མཛད།  
 ཚོད་མ་ནམ་འགྲེལ་དང་། འདུལ་མཛོད་དབུ་པར་བཅས་  
 གཞུང་ཆེན་ལྟ་ཆར་གཏོགས་དང་བཅས་པ་སྦྱངས་པ་  
 མཐར་ཕྱིན་དང་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི་བ་ཤེས་གནེན་དུ་མ་  
 ལས་མདོ་སྒྲགས་རིག་གནས་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཚུལ་  
 མཐའ་ཡས་པ་གསན་པས་མཁས་པའི་སྟན་གྲགས་ཆེ།  
 སྒྲར་རང་ཡུལ་དུ་བྱོན། ཐོས་པའི་དོན་ལ་སྦྱབ་པ་སྟོང་པོར་  
 མཛོད་པས་གྲུབ་པའི་མཚན་མ་བརྟེས། གདོད་ཀྱིང་རི་ཞོལ་  
 རྩ་འདུས་སུ་སྒྲུ་བདུད་གདུག་པ་ཅན་ཞིག་དུག་སྦྱུལ་ཆེན་  
 པོའི་གཟུགས་གྱིས་སྒྲེ་བོ་མང་པོར་གཞོད་འཆོ་བྱེད་པར་ཇུ་  
 འཕྱུལ་གྱིས་བྲག་ལ་བརྒྱབས་ཏེ་བརྟུལ་ཞེས་བྲུལ་དེར་



ཡོངས་གྲགས་རྗེས་འབྲུལ་ཡང་ཡོད། བཟུ་གཞིག་གི་  
 ལྷགས་ངན་ལ། འཕྱིན་ལས་གདུལ་བྱ་ཞེས་སྟན་མིང་  
 འཕོད་པ་དེ་ཇི་མཐོར་མིང་བས་རི་ཁྲོད་དགོན་ཁང་སྤར་  
 ལས་ཕྱང་ཟད་ཆུ་བསྐྱེད་དང་། བུམས་སྒྱ། ཆུལ་བའི་བཀའ་  
 འགྲུར་རིན་པོ་ཆེ་དདུལ་བྱེས། སྒྱ་བྱེས་སོགས་ཏེན་བཞེངས་  
 མི་དམན་པ་མཛད། བོད་དུ་ཐེངས་ལྔ་བྱོན་པའི་སྐབས་  
 འཁོག་ཆུལ་བ་སྐལ་བཟང་ཆུ་མཆོ་མཆོག་གིས་གྲུང་ལྱང་  
 སྒྱ་རོལ་རོལ་བྱེས་མཛད་པའི་ནམ་ཐར་དུ་གསལ་ལ་འཁོད་  
 ལྟར། རང་ཡུལ་དུ་བསྟན་འགྲོའི་དོན་ཆུ་ཆེར་མཛད་དགོས་  
 གསུང་གི་གནང་བ་སྐུལ་ཞིང་དགོན་པའི་གྲ་བཙུན་པོ་མེར་  
 བྲལ་བསྐུལ་བཙན་དབང་དང་། ས་རིས་གཞན་འཕྲོག་མི་  
 ཆོག་པ་སོགས་གྱི་བཀའ་གཏན་བཙན་དམིགས་ཅན་སྐུལ་  
 བས་མངའ་བདག་གི་ཉམས་ཆེར་མཛོད། འོན་ཀྱང་ཉེ་སྡོན་



གྱི་མངའ་དབང་རང་ནི་མེད། ཆོས་ཕྱོགས་མཛོད་རྗེས་ཆེ་  
 བས་ཡོངས་གྲགས་བཀའ་ལྟར་དབང་བྱིད་གྱི་བརྒྱད་རིམ་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་གསུང་ཁང་སྐྱ་སྐྱེ་ཞེས་དང་། གདོད་ཁང་  
 ཆོས་རྗེ། གདོད་ཀོང་ཡུན་ཚོགས་སྐྱ་མཚོ་སོགས་གསལ་  
 ཞིང་། བྱད་པར་བཀའ་གདམས་རྩིང་མའི་པ་ནོར་ཡུན་མེད་མ་  
 ཡིན་པ་ཐོག་ལེ་བཅུ་དྲུག་གི་དབང་ལྟར་བརྒྱད་པ་ཉག་  
 ཡུར་གྱུར་ཉེ་འདི་ཉིད་གྱིས་སྒྲུར་གསེས་པས་མཚན་སྟོན་གྱི་  
 ནོར་བུ་བསྟན་འཛིན་བརྒྱད་རིམ་མགལ་བྱེད་གི་དབུས་ན་  
 ལྷམ་མེར་གསལ། དེའི་རྗེས་ཁོང་གི་དཔོན་གྱུར་མགོན་  
 སྐུང་ཞེས་པའི་བླ་མ་མཁས་བཙུན་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས་  
 རི་བོད་གྲ་སྒྲོབ་བསྐྱེད་ས་འཁོར་། ཡུན་ཚོགས་སྐྱ་མཚོའི་  
 ཡང་སྤྱིད་བྲག་གཡལ་རྒྱན་ནི་དཔོན་པར་ཀ་མདེ་བྱོད་པར་  
 འབྱུངས་པ་ཞིག་སྐྱ་བདག་སྤྱད་ཅིང་མཚན་ཡུན་ཚོགས་



དབང་པོ་གསལ། དེས་གྲུང་གུར་མགོན་སྐུང་ག་ཤེགས་  
 རྗེས་སྐྱེ་སྤྱོད་ཡིན་ཏུ་བ་ཞིག་སྐྱེ་བདག་སྤྱོད་པས་དགོན་  
 བདག་སྐྱེ་སྐྱེ་གཉིས་བྱུང་། དུན་ཆོགས་དབང་པོའི་སྐྱེ་  
 སྐྱེ་ལ་བྲག་གཡབ་ག་ཟེར་འབྱུངས་པ་བསོད་ནམས་དབང་  
 པོ། དེའི་ཡང་སྤྱོད་མདོ་གདོད་ཀོང་ཚང་སར་འབྱུངས་པ་  
 ཟླ་ཞུ་ཟེར་བ། དེའི་ཡང་སྤྱོད་ངག་དབང་དམ་ཆོས་ཏུ་མཆོ་  
 དང་། གུར་མགོན་སྐུང་གི་སྐྱེ་སྐྱེ་ལ་ལ་མགོན་ཁྱི་སྐྱེ་བཟང་  
 སྟན་གྲགས་བྱུང་ཞིང་། དེའི་སྐྱེ་སྐྱེ་ཁོ་བོའི་དགོ་ཆུན་  
 བཀའ་དྲིན་ཅན་ངག་དབང་བསོད་ནམས་ཏུ་ལ་མཆོན་  
 བཅས་སོ། །ཀོང་སྐྱོས་བཀའ་བརྒྱུད་དང་ས་སྐྱེའི་གདན་  
 རབས་ནམས་དང་། སྐྱེ་སྤྱོད་གཞན་ནམས་ཀྱི་མཛོད་ནམ་ནི་  
 སྐྱེ་སྤྱོད་དེ་རིག་གཞུང་ལོ་ཏུ་ས་ལ་མཐོང་ཆེ་དྲགས་པར་  
 བརྟེན་དཔྱད་གཞི་ཡིག་ཆ་ལྷ་ཅི་ངག་ཏུན་ཁུངས་མ་ཡང་



མ་རྟེན། མཛེད་དེབ་ཕྱག་ལི་མང་བཞུགས་གོང་མ་ངག་  
 དབང་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཚོའི་ནུམ་ཐར་མདོ་ཙམ་ཁི་བོས་སྦྱི་  
 ལོ། ༡༩༣༧ ལོར་བཙུམས་པ་བྱུར་གསལ་ལྟར་དང་།  
 མགོན་ཐི་གློ་བཟང་སྟན་གྲགས་ནི་རི་ཁྲོད་འདི་སྒྲ་བྱང་  
 མངའ་བདག་ཆེན་པོའི་འདམ་ཇུབ་གྱི་དོང་ནང་གོམ་གང་  
 མདུན་སྦྱོར་བྱེད་མཁན་ཞིག་སྟེ། ཆབ་མདོ་རྩེ་གཤེས་ལོང་  
 གཉག་ཏུ་ཆོང་སར་འབྱུངས། སྒྲ་ཞུས་སྦྱོར་བདག་སྦྱང་། དེས་  
 ཆེས་ལྷགས་གྱི་སྦྱངས་པ་འདི་མཛེད་མ་གསལ་ཡང་འབྲི་  
 སྟོག་དང་། དབུས་ཕྱོགས་གྲ་སར་མཚན་ཉིད་སྟོབ་སྟོང་།  
 བཀའ་ཆེས་གསུམ་རྒྱ་བཙས་སྒྲར་ལམ་བཞེན་གནང་ཡོད་  
 དེས། ཆེས་ལྷགས་མཁས་བཙུན་གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་།  
 འཆད་ཚུང་ཚུམ་པའི་མཛེད་བྲིས་མ་མདོན་པར་གྱི་མེ་  
 མཚོན་ཆར་ཐུགས་ཞེན་ཆེ་ལ། ཏྲ་ཏུ་འབར་ཇེས་མཉེ་



འདུལ་ཉར་ཚགས་བྱེད་གྱི་ཡོད་ཚོད་སྟབས། གཟུར་གནས་  
 འགས་ཁོང་ལ། མི་ཚོའི་སྒྲ་མ་རྩུལ་བྲིམས་པ་ལེ། རང་དེའི་  
 སྒྲ་མ་ཇོས་དུད་འབའ་ལེ་ཞེས་འཕྱ་སྒྲ། ལྷགས་སྟོང་  
 འདུལ་སྟོང་བྱ་བ་སྟེན་གས་འཁོག་སྟེ། ཁོང་པ་ཆབ་སྟོང་  
 ངན་པའི་འཛོན་ཐང་མཐོ་པོར་བཞེན་རང་ཁོངས་ནི་མེན་  
 ཅན་དུག་པ་དང་། རྩུ་ཚོད་སྒྲ་མ་ལྟན་ནས་གདན་ས་མ་བྱ་  
 དགོན་སྟེ་ཆེ་ཕྱ་སེར་མོ་བའི་འགོ་འཛོན་སྒྲ་མ་བྲི་པར་  
 བསྟོས་འདུག་ཅིང་། ཁོང་གིས་བྲི་པ་འཛོན་སྟབས་སྒྲ་མ་ཆེ་  
 རྩུ་བར་ཞབས་བྱེད་པོན་རིགས། མངའ་འོག་སྟེ་འཁོག་  
 བཅས་བྱོགས་ལང་འཐོན་བྲིར་ཆེ་ཙམ་ཡོད་ལུར་ནི་ངར་ཇེ་  
 རྩུབ་འབྱུག་བེད་ཆེ་བུང་། སྟེ་ལོ་༡༥༤༧་པོད་མེ་ལྷག་ལོར་  
 ཆེན་རྒྱལ་རབས་གོང་མའི་སྟོན་ཆེན་ཆེའི་གྲུང་ཐང་བོད་  
 ཐེབས་ལམ་བར་ཆེ་ཚོད་ནས་བྱོད་ཞུས། པན་རྩུན་བྱེད་



གཏེ་མང་ཞིག་རྒྱང་འབྲུང་མཐར་སྒྲིང་སེགས་གྲིས་ཕྱིར་  
 གཞི་ཐག་གཙོང་གནང་རུང་། རིང་མིན་རྒྱང་འབྲུང་སང་  
 བའི་ཉེས་ཅན་ནམས་ཁ་འདུས་དཔུང་སྡེབས་ཆུ་བྱེ་ལོར་ནོ་  
 མིན་ཏན་རྒྱག་པར་སྡེམ་འབྲེགས་མཆོན་ཡུལ་དང་། སྡེ་  
 མཛོད་སྒྲོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན། མགོན་སྟག་མེ་བཙས་དམར་  
 བསང་བཏང་བའི་འབྲུག་ལོང་ཆེན་པོར་རྒྱ་བོད་བཀའ་ཞིབ་  
 ཆེད་ཕེབས་བྱེད་གཏེ་འགའ་འགས་ཁྲག་སྦྱར་ཡུལ་པུང་  
 ཟེང་ཆ་ཆེན་པོ་དེའི་སྐབས་ཁོང་གདན་ས་མ་བུ་ཆོས་སྡེ་  
 སེར་མེ་བ་སྦྱུའི་གཙོ་འཛིན་བྲི་བ་ཡིན་རུང་སྒྲ་མ་ཆེ་རྒྱང་  
 བར་རིས་ལྗང་བྱེད་གཏེའི་གྲས་མཆོན་ཅམ་ཡང་མ་འོར་  
 བའི་ཆོ་བཟོན་དང་། དེ་རྗེས་ཡུལ་ལྷང་ཞོད་འཇགས་བྱུང་  
 བསྟུན་ནོ་མིན་ཏན་རྒྱག་པ་མཆོག་ཏུ་དབྱེས་ཉམས་གྲིས་  
 མགོན་ཆེར་གདན་སྤར་གོ་གནས་སྡུལ་ཞིང་། རིང་མིན་



གོང་མའི་བཀའ་འབྲེལ་རྟེ་ཐོག་ཐུ་འཁོར་ཡོས་བོད་གོར་  
 དམག་འབྲུག་བྲག་དཔུང་ཉིས་སྟོང་གི་མགོན་དུ་གཡུལ་  
 སར་ཐེབས་དགོས་བྱུང་སྐབས་བྱུང་དཔུང་རྟོགས་སུ་  
 འབྱིད་གནང་དམག་སར་དཔའ་ཉགས་བྱས་རྗེས་གཟེངས་  
 ཐོན་ཆུ་བོད་འགན་སྐྱར་གྱི་གསེར་ཡིག་གོ་གནས་དཔའ་  
 དར་ཐོབ་པ། རྟེ་ཐོག་ཐུ་ག་འཁོར་རྗེས་སུ་འང་ཆུ་བོད་  
 བཀའ་འབྲེལ་ཆུ་བྱི་ཉག་སྟོང་མགོན་ནམ་ཇག་ཚོགས་ལ་  
 དཔུང་འཇུག་སྐབས་བྲག་དམག་ཆིག་སྟོང་ལྔ་བརྒྱའི་དུ་  
 འཛོན་དུ་བསྟོད་དེ་གོང་བཞིན་དཔའ་ཉགས་སྐྱར་འཛོགས་  
 ཐོག་བྲག་སྟེའི་ལས་ལའུར་བཟུང་ཞིང་། སྐྱ་ཕྱིའི་བྱས་རྗེས་  
 བདག་ཆུན་དུ་མཛོད་པ་རིམ་འབྱོར་ལ་དུ་ཉན་གྱི་གོ་གནས་  
 ཆུན་འཇགས།

གོང་མའི་བཀའ་ཡིག་(འདི་ལྟ་བུར་གུས་ཆིག་སྐྱར་



འོས་མ་ཆེ་ཙམ་ཡང་གོ་བདེ་ལྷགས་སྒྲིང་གོམས་སྒྲེལ་སེར་  
 གནས་བྱས་པ་རིགས་འགྲེ།)སྤྱལ་ཐོབ་རི་ཁྲོད་རང་ལའང་  
 ཐུག་ལྷས་ས་ཞིང་རྩ་ཡུལ་མང་ཙམ་སྒྲེར་ཐོབ་གསེལ་སྤྱལ་  
 སོགས་ལྷང་རྒྱང་ཞིག་ལ་དཔག་པའི་ཕེ་རྒྱེད་མདའ་སྒྲེན་  
 གྱི་གས་ལ་བཏེན། ཁོང་གི་དྲོན་གྱིས་རི་ཁྲོད་དངོས་གནས་  
 དེ། མདའ་བདག་གི་དྲི་ངན་རྒྱ་ཐོམ་བརྒྱ་ཡིས་བཀྲས་གུང་  
 མི་དག་པ་མི་གཙང་བའི་འདམ་དུ་རྒྱུད་འདུག་གོ ། དེ་ནི་  
 ཇི་སྒྲིང་དུ། གྱེ་མ་སྒྲིགས་མ་འདྲིར་སྒྲིས་རབ་བྱུང་གཟུགས།  
 ། ཐུབ་པའི་ཆོས་གྱི་རྒྱལ་སྤྱིད་མ་ཉམས་པ། ། ལྷར་བཙས་  
 འགྲོ་བའི་མཆོད་སྤྱོད་དེ་བཟུང་ནས། ། དུག་ཅན་ལོག་  
 འཆོའི་རྒྱེད་ཕྱིར་འཆོང་བར་བྱེད། ། ཐུབ་བསྟན་རྒྱལ་པའི་  
 རིགས་བཟང་འདྲིར་སྒྲིས་ནས། ། ཆངས་སྤྱོད་དམ་པའི་  
 རྒྱལ་སྤྱིད་མི་འཛིན་པར། ། ཐ་ཆད་ལུ་ལྷོའི་གལ་དུ་རང་



གིས་རང་། ། འཕེན་འདི་གྱི་རྒྱུ་ལྷན་ལྷན་པ་ལགས།  
 ། གྱི་མ་གྱིས་པ་བསྐྱུ་བའི་སྒྲན་གྲགས་རང་། ། ཚྱུར་མཐོང་  
 མིག་རྒྱུ་རྒྱ་བའི་རྗེས་བསྐྱེགས་འཁོར་། ། རྣམ་གྲོལ་ལྷ་ཡི་  
 བདུད་ཅི་རང་གི་ལག ། མཆིས་འདི་ཕོ་བར་བྱེད་ན་ཕྱིས་  
 སམ་ཅི། ། ཐུབ་པ་མཚན་དཔའི་རང་བཞིན་ལྷའི་ཡང་ལྷ། །  
 དབང་པོའི་རྒྱན་མཆོག་ནོར་བུའི་དོ་འཕྲུལ་ཡང་། ། དེ་ལ་  
 འོས་མིན་མིག་པོར་བྱེད་པ་དེས། ། རྒྱན་སྤངས་ཕྱག་དར་  
 བྱོར་པའི་གོས་བཞེས་མཛད། ། སྒྲིགས་མའི་སྒྲུལ་ཆད་  
 ཐུབ་དེའི་རྗེས་འཇུག་ཏུ། ། ཁས་འཆེ་མི་གཙང་རྒྱལ་པའི་  
 རང་བཞིན་ལྷས། ། ཆེན་པོར་འོས་པའི་བའོག་གོས་དཀྱིས་  
 རས། ། མི་གཞོངས་དྲེགས་པར་བྱེད་པ་འདི་ཅི་ཞིག ། ཐར་  
 པའི་གྲོང་དུ་ཐུབ་པའི་རྗེས་འབྲངས་ཏེ། ། འགྲོ་བའི་མགོན་  
 དུ་ག་ཤེགས་ལ་དགའ་མིན་པར། ། འཁོར་བའི་གྲོང་ན་



ཁྱིམ་པའི་དཔོན་བཅའ་པའི། ། དམར་སེར་ཅན་དེ་བདུད་  
 ཁྱིམ་བསྐྱུས་པ་ལགས། ། སྤངས་བྱང་རི་མོ་འབུམ་བཟ་  
 ཆོས་འདུལ་གོས། ། གཞལ་དགའ་ཡོན་ཏན་ཟ་འོག་མ་  
 ཉིང་པ། ། འདི་བགོས་ཁྱིམ་གནས་བྱང་པའི་ཐལ་ཕུང་དུ། །  
 སྦྱོང་ངན་འགྲོ་ལྡོག་བཅའ་འདི་སྦྱོང་ཇིའི་གནས། ། འཁྱུ་  
 སེང་གི་སྦྱོབ་དེས་ལན་བརྒྱར་ཡང་། ། དབུ་དང་ཕྱག་གུང་  
 གཏོང་བའི་དགའ་བ་ཡིས། ། དུས་རིང་བསྐྱབས་པའི་ཆོས་  
 མཛོད་བདུད་ཅིའི་ལམ། ། མི་ཡངས་བསྟན་པའི་བཙས་སུ་  
 འདི་བཞག་མོད། ། གྱེ་མ་ལོག་སྦྱོང་གོམས་པའི་སྦྱེ་བོ་ནི། །  
 བན་མཛོད་དེ་ཡི་བསྟན་པའི་ནགས་སྦུང་དུ། ། ལྷགས་ནས་  
 གཉིས་ཕུང་བཅའ་པའི་མི་སྤར་བ། ། གྱེ་རུང་ཕྱོགས་བཙུའི་  
 རྒྱལ་བས་གཟིགས་སམ་ཅི། ། ཞེས་པ་ལྟར་སྟམ་མོ། དེའི་  
 ཡང་སྦྱོང་དུ་གྲགས་པ་ཁོ་བོའི་དགོ་རྒན་བཀའ་དྲིན་ཅན་



ངག་དབང་བསེད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་མཆོག་ནི་བྲག་ཇེ་ནོ་  
 མིན་ཅན་སྐྱེ་ཕྱིང་བདུན་པ་ཆེན་པོའི་གཙུང་དུ་སྐྱེ་བལྟམས།  
 ངག་དབང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཆོས་སྐྱེ་བདག་སྦྱང། མཁས་  
 གྲུབ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་དང་། གྲུབ་དབང་ཡེངས་འཛིན་དག་  
 བ་ཤེས་ཙམ་གྱུ་འམ་སྒྲོ་བཟང་མགོན་པོ། སྤེ་དག་མཁུན་བཙུ་  
 བོང་མ་པརྩ་འོད་གསལ་མདོ་སྒྲགས་སྦྱིང་པ་དང་། རྟོང་  
 རྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲོ་གྲོས་མཐའ་ཡས། གཏེར་ཆེན་མཆོག་  
 གྱུར་སྦྱིང་པ། འཇམ་དབྱངས་སྒྲོ་གཏེར་དབང་པོ། འཇུ་མི་  
 དམ་ནམ་རྒྱལ་སོགས་རིས་མེད་དག་བའི་བ་ཤེས་གཉིན་  
 དུ་མ་ལས་མདོ་སྒྲགས་སྦྱིན་གྲོལ་རྒྱབ་ཏེན་རིག་གནས་  
 དང་བཅས་པ་རྒྱ་ཆེར་གསན་བཞེས་མཁས་འཕྲིང་གྲུབ་  
 པའི་པ་རོལ་ཏུ་སོན། གཞི་རྒྱུད་རི་ཁྲོད་འདི་ཉིད་བྲག་ཁྲུལ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་སྒྲ་བྱང་ཆེ་བྲས་གྱི་མངའ་བདག་ལ་བཏེན་ས་



གཞིས་འབྱེད་ཚོགས་ཕྱན་བུར་སྒྲར་ལམ་གཏེར་ལས་བྱེད་  
 གྱིས་ཐུབ་ཚོད་བཙོར་གནོན་བུན་གཏོང་ཚོད་འཁེས་ལྟག་  
 སྒྱུད་གྱི་ངོ་བོ་ལས་མ་འདས་བྱུང་། དམ་པ་མཚོག་ཉིད་ནི་  
 རྒྱལ་བ་དང་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་གང་ཞིག་། མཐའ་ཡས་  
 པའི་བསྟན་འགྲོར་པན་བདེ་སྤྱེལ་བའི་སྦྱང་དུ་གང་འདུལ་  
 གྱི་ནམ་རེལ་བསྟན་པ་ཉིད་དུ་ངེས་སྟུང་པ། བསྐྱ་འདམ་  
 ལས་སྦྱེས་བྱུང་འདམ་གྱི་སྦྱོན་གྱིས་མ་སྤགས་པ་ངེ་བཞིན་  
 སྤྱང་པ་ལྟར་དུ་བསྟན་ཡང་སྤྱང་པའི་སྦྱོན་གྱིས་མ་གོས་པ།  
 ཅན་དན་དང་དེའི་ངྲི་བཞིན་གཟེད་མ་ནས་གོམས་པའི་  
 དཀར་པའི་ཕྱགས་གྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པ་ངོ་བོ་ཉིད་  
 གྱིས་ལྟན་སྦྱེས་སུ་འགྲོགས་པ། རྒྱ་མེད་པར་གྱུན་ལ་  
 མཉེས་གཤེན་པའི་ལྟག་བསམ་ཅན་རང་བཞིན་ཉིད་གྱིས་  
 དེས་ཤིང་འཇུག་ལ་སྤྱང་པོར་སྦྱ་ཞིང་ཚོག་བཙུན་པས་



ངག་ལས་འགོངས་སྒྲ་བ་མ་ཡིན་པ། གྲུ་གྲུའི་བསམ་པ་  
 དང་བྲལ་བ། ཇི་སྒྲིང་སྒྲིས་པ་དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་པས་ཡིད་  
 ཉོན་དུ་རུབ་བ། ལྟར་སྒྲིང་གི་བྲོ་བ་དང་མགུ་བ་ཙམ་པོ་བ་  
 ཞིག་ལས་འགོན་ཏུ་ཞེ་འཁོན་པ་དང་བརྟམས་ཆགས་ཅན་  
 གྱི་ངང་ཚུལ་ལས་རྒྱབ་གྱིས་ཕྱོགས་པ། གདུག་པ་ཅན་གྱི་  
 བསམ་སྒྱུར་རིང་དུ་སྤངས་པ། རོ་ཚ་དང་བྲེལ་ཡོད་གྱི་  
 གོས་གྱིས་སྒྲུབས་པ་མདོ་སྒྲུག་གཉིས་སུ་མི་ཕྱེ་ཡང་གཉིང་  
 དཔོག་པར་དགའ་བ། བདེ་སྒྲུག་རེ་དེགས་འདུལ་སྒྱུང་གི་  
 འཛིང་བ་དམ་པོ་དང་བྲལ་བས་གུ་ཡངས་ལ་སྒྲིང་བ་སྒྱུང་  
 པ། གཞན་སྒྱུན་དང་ཟེར་སྒྲོས་དཔྱེན་ཕྱོད་རྒྱུ་འཕྱོར་གྱིས་  
 བསྒྲུལ་དགའ་རེ་ཡི་དབང་པོ་ལྟ་བུ། དགོངས་སྒྱུང་གྱི་  
 གཉིང་ཟབ་ཅིང་བསྒྱུར་དུ་མི་བརྟུབ་ཀྱང་མཆོག་དམན་  
 མཁས་སྒྱུན་སུ་དང་ག་འཁོབས་ན་འགྲོགས་བདེ་གཞུང་



བཟང་མིག་སྒྲར་བབས་པ། གཟུ་ལུམ་ཅན་མ་ཡིན་པར་  
 སྒྲོད་པ་བག་དང་ལྡན་པ་དྲན་ཤེས་ལུགས་བྱས་སེམས་  
 གྱི་སྒྲང་པོ་དབང་དུ་གྱུར་པ། དམ་པའི་སྒྲིམ་བུ་བྱང་པར་  
 ཅན་དག་གིས་མཉེས་བཞིན་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་ལུང་  
 བསྟན་དབུག་དབྱུང་ཐོབ་པ། དཀའ་སྒྲུང་ཆེན་པོས་དག་  
 པའི་བཤེས་གཉེན་བསམ་སྒྲུར་གཉེས་གྱིས་ཚུལ་བཞིན་དུ་  
 བསྟེན་པ། གནས་ལྡེ་མཁྱེན་པའི་པརྟེ་ཏ་ཆེན་པོ། རང་དང་  
 གཞན་གྱི་གྲུབ་མཐའ་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་ཏུ་སེན་པ། བཀའ་  
 དང་དགོངས་འགྲེལ་ཆེན་པོ་མཐའ་དག་གི་དགོངས་དོན་  
 ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་པ། དབང་ལུང་ཟབ་བྲིད་  
 གདམས་ངག་མ་ལུས་པའི་མཛོད་ཆེན་པོར་གྱུར་པ། རྩོམ་  
 སེམས་དང་ཚུལ་འཆོས་སྤངས་པའི་བསྐྱབ་བྲིམས་དམ་  
 བཙའི་ལྷ་བ་ཏ་གང་བ། གཞན་ལ་གནོད་འཆོའི་བསམ་སྒྲུར་



རིང་དུ་དོར་ཞིང་། རང་བཞིན་གྱི་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དུག་ལྟར་  
 འཛོམས་པ། གཞན་པན་བྱང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་གྱི་ནོར་བུ་  
 ཐོགས་པ། ལྷང་སྤྱིད་ལྟ་སྤྲུགས་ཡེ་འཕེས་གྱི་རོལ་པར་  
 གཟེགས་པའི་ནལ་འབྱེར་པ་ཆེན་པོ། བདེ་སྤྲུག་བསྟོད་སྦྱང་  
 ལྟན་མི་སྟན་ཉིད་པ་དང་མི་ཉིད་པ་བཅས་ཆོས་བརྒྱད་གྱི་  
 མགོ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་སྟོམས་པ། བསྟོད་རེ་འཕྱ་དོགས་གྱི་  
 བག་ཚ་བ་མེད་པ། གོ་མིང་དབང་སྟོབས་ཟང་ཟེང་དགོས་  
 མེད་དུ་གཟེགས་པ། ཟང་ཟེང་གཅེས་ནོར་ལ་སྐྱ་མ་ལྟར་ལྟ་  
 བས་ཅི་བྱུང་གར་སང་ཇི་བསྐྱད་གྱི་ཉིག་ཞིབ་ཡིད་གྱི་དགྲ་  
 ན་མི་འཆར་བས་གཉེར་ཁ་གཞན་ལ་གཏོད་རྒྱུ་གི་བྱ་  
 བྲལ། ལྟ་ཐག་གཞན་ལག་མ་འཕོར་བས་སྒྲོ་བདེ་ཞིང་བག་  
 ཕེབས་པ། ཆོར་འདུ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་ཕ་བ་དང་བྲལ་བས་  
 ལྟ་དང་ཡང་འཁོན་ཕྱིད་མ་ཕྱིད་བ། འདི་སྤང་སེ་ཆོས་ངན་



ང་ཕྱིངས་བསྐྱེད་པ། འདུལ་སྐྱོང་ལ་ཕྱི་འཛིན་པའི་གྲོས་  
 ག་ལོམ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲུ་ཆོ་དེ་ལ་མ་དར་བ་། ལྷང་དོར་གྱི་  
 གནས་ལ་ནང་གི་ཉེ་གནས་ཆེན་པོ་ལོས་རབ་གྱི་གྲོགས་  
 རྟོབས་སུ་གྱུར་པས་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་ལོང་ཚུགས་  
 ཐུབ་པ་ཀུན་ཉེ་ག་འབྲུལ་སྤང་གི་པས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཆམ་ལ་  
 སབ་པའི་རང་མདངས་སྒྲུ་མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་དང་བ་  
 འདྲིན་པ། བདེ་ཆེན་གྱི་ཉམས་རྒྱས་པའི་མངོས་སྒྲུའི་གཟི་  
 བརྒྱན་གཟེང་པར་དགའ་བཞིན་སུའང་རུང་འཕྲད་པར་  
 དགའ་ཞིང་། འཕྲད་ནས་འབྲུལ་མི་མེད་པ་འབྱུང་བའི་བྱད་  
 ཆོས་ཅན། དགོས་མེད་དོན་དང་བྱ་བ་མང་པོའི་ག་ལོམ་ར་  
 མེད་པས་ཁུ་སིམ་པ། དབང་སྟོབས་སྟན་གྲགས་རེ་བ་དང་  
 མི་གྲུལ་མ་ལོགས་དོགས་པའི་འབྲུར་སིམས་སྤངས་  
 པས་སྒྲོ་བདེའི་ཡང་འགྲོ་སྤང་བ། སྒྲིམ་བུ་ལས་བེན་པ་ལྟར་



སེས་དལ་གྱི་སྒྲིང་བུ་བསྐྱར་བ་དམ་པའི་ཚུལ་དགའི་བུ་བ་  
 དང་ཆེས་སྦྱོང་ནམ་བུ་ཞབས་ཐང་གི་གནས་བསྐྱོར་  
 སོགས་འོས་འཛིན་རིགས་པའི་ལས་ལ་ངལ་ཕྱིལ་གྱི་གཟེ་  
 བརྒྱུ་སྐྱུ་གྱུང་འགན་པར་དཀའ་བ། ལཁོར་དང་ལོངས་  
 སྦྱོང་ཆེད་དུ་བསྐྱུ་སེམས་བྲལ་ཡང་པདྨའི་མཆོ་ལ་ངང་པ་  
 ལྟར་ལེགས་ཆོགས་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུ་བ། རང་ལ་ལེ་ལན་  
 གྱི་མོངས་པ་སོགས་གང་ལའང་བརྟེས་པ་དང་བྲལ་བས་  
 ལཁོར་གྱི་སྦྱེ་བོའི་དབུས་སུ་བག་མི་ཚ་བ། བཞད་གང་  
 འབྱེན་པའི་གསུང་གི་ཟུར་ཆ་རེར་ཡང་མདོ་སྒྲགས་ལེགས་  
 བ་འདྲ་གྱི་བདུད་ཅི་ཁྱི་སྦྱོང་དུ་འཛིན་པ། འཆད་ཕྱིད་ཕྱིམ་  
 པ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་གྱུང་མཁས་ལོ་དང་གྲགས་འདོད་  
 ཕྱོགས་ན་མི་གནས་པ། སྒྲིག་འཕྲིག་པར་ཕྱིམ་པའི་སྒྲིང་  
 དག་ལའང་ཕྱིར་ཞིང་བུ་བཞིན་དུ་གཟེགས་པ། བྱམས་སྦྱོང་



རྩེ་བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་གྱིས་བྱུགས་ཚུད་ལྷག་པར་འབྱོར་བ།  
 སྒྲོང་པའི་དེ་ཉིད་གཟིགས་ཀྱང་རྒྱ་འབྲས་ཏེན་འབྲེལ་བསྐྱུ་  
 མེད་གྱི་ཚུལ་ལ་བྱུགས་ལྷག་པར་གཞིལ་བ། སྒྲེམ་མེད་གྱི་  
 རྒྱལ་ས་བེན་པས་མཉམ་བརྩེས་རེས་འཛེག་དང་བྲལ་བའི་  
 ཉིང་དེ་འཛོན་ལ་ཉིན་མཚན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་སྒྱུད་པ། བྲེགས་  
 ཚོད་རང་སྒྲུང་རེས་མེད་གྱི་ཏོགས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་ཅིང་  
 ཐོད་རྒྱལ་སྒྲུང་བ་བཞིའི་གདོང་ཐོབ་པ། སྒྲལ་བ་དང་ལྡན་  
 པའི་གདུལ་བྱའི་ཚོགས་བསྐྱུ་བ་ནམ་བཞིའི་ཐབས་མཁས་  
 གྱིས་ཐར་པའི་ལམ་དུ་དྲི་བར་མཁས་པ། བྱན་མིན་  
 སྐྱབས་འོག་ཏུ་ཚུད་པའི་རིགས་མཐོང་ཆོས་ཉིད་ལའང་གྱ་  
 གུད་མེངས་པས་མི་བྲེལ་ཞིང་ཞལ་གྲོལ་བཟླ་འཁོམ་པ།  
 གཞན་གྱི་དོན་སྐྱབ་པར་སྒྲོ་ངལ་སྤངས་པ། འབྲེལ་ཚོད་  
 དོན་ལྡན་གྱི་ནམ་འདྲི། ཐེག་གསུམ་གྱི་སྐྱེས་བུ་གཏན་དུ་



བདེ་བའི་གོང་དུ་འབྱོར་པའི་ས་མཁའ། །

སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་རྒྱན་འབྱུང་གི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལས་  
ཡོངས་སུ་སྒྲེལ་བའི་བྱ་ཆེན། སྤྲུལ་བཅས་ནམ་འདྲན་མཐའ་  
དག་གི་མཛེད་འཕྲིན་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་ཁྱུར་བདག་  
གིར་བཞུགས་པ་ཞིག་སྟེ། དགྲུང་གྲངས་ཉེར་ཐམ་སྟོར་ནས་  
ཕྱག་ལེའི་རེ་མིག་ཁོངས་ཉིན་ཐོ་ཕྱན་བྱ་འགོད་གནང་  
མཛེད་གྱི་ཡོད་པའི་ལི་ཐོ་འཕྲོར་གྱུར་སོང་བའི་འཕྲེས་  
བསྐྱེད་འགྲའ་ཞིག་ལག་སོན་མ་ཟད། མཛེད་ནམ་མང་  
དག་མཐོང་ཐོས་རྒྱས་མངར་བཞེན་ནམ་ཐར་ཆ་ཚང་ཞིག་  
བསྒྲིག་འོས་ལས་སྐྱེལ་དུ་བབས་པ་བཞིན། སྟེ་ལོ་  
༡༩༥༠ལྟོར་བསྐྱེད་དོན་གོང་གསལ་གྱིས་ཐོག་དྲངས་  
ཅུང་ཟད་འབྲི་བཙུམས་བཅད་སྒྲུག་སྟེལ་མའི་ཆོག་རྒྱན་ཅན་  
ལེགས་པོ་ཞིག་ཐོན་རེར་བར་སྐབས་ནམ་གཡེང་འདྲུ་



འཇིས་ཡར་བཅད། རིམ་པར་སྒྲེ་མིག་གཉིས་གཏད་གོང་  
 ལྟར་འཕྲོ་བསྐྱངས་དགའ་ངལ་ཆེ་ཙམ་རུ། སྒྲུང་མགོན་  
 དེ་ཆེ་མཐའ་ཡས་པ་དང་། ཏང་གི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་  
 བསྐྱངས་འོག་མཇུག་སྒྲིང་བྱ་ཅིས་ཕྱག་ལི་ནམས་དང་ནམ་  
 ཐར་ཅིམ་འཕྲོ་བཅས་གཅིས་ནོར་དུ་སྒྲེམ་སྟེ་ཉར་ཆགས་  
 བྱེད་བཞིན་མཆིས་སོ། རྩེ་ བདུན་རྩེ་རྩེ་ ཅུ་ཡིས་ས་སྐྱ་བོ།  
 རིན་ཆེན་ཁམས་སུ་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་མང་ལས། ལེགས་  
 བསྐྱོན་གྱུན་དགའི་དཔལ་གྱུར་གཙུག་ལག་ཁང་། མཐོ་  
 རིས་ཐར་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ཆོར་དུ་དངར། བཏགས་པའི་མིང་  
 གིས་བླ་མར་འབྱུང་མང་ཡང་། ཡོན་ཏན་ཉིད་གྱི་ལྷ་བས་  
 རོར་བུའི་ཐང་། འཇིན་པ་གྲུ་རུ་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཚོ་དང་།  
 བདག་གི་དགེ་ལྡན་དམ་པ་ལྷ་བུ་སྐྱམ། མཚུངས་མེད་  
 བ་ཤེས་གཉིན་མང་དེ་བསྟེན་མཉེས་ལེགས་བྱས་ནོར་བུའི་



སྒྲིང་ལས་འོངས། རྣམ་དག་བྲིམས་ལྟན་བྲེས་དང་བསམ་  
ལྟན་སྒྲུབ་པའི་བྱེད་པ་ཅོང་མས་སྒྲུངས། གུན་གྱི་གཙུག་  
ན་མཁུན་བཙུ་རྩལ་གསུམ་ཡོན་ཏན་ཞབས་པད་བཞེད་པ་  
ལས། བསྟན་འགྲོལ་སྒྲན་པའི་དགོས་འདོད་འཇོ་འདི་དམ་  
པ་གོང་མའི་རྣམ་ཐར་སྒྲེམ།

དེ་ལྟར་རི་བོད་འདིར་ཆོས་ཕྱོགས་ནས་བྲེས་བསམ་  
སྒྲེམ་པས་མཁས་བཙུན་གྲུབ་བརྟེན་ས་བཀའ་དག་གསུམ་  
སྒྲེས་ཆོན་དུ་མ་ཞིག་དང་། སྒྲིང་ཕྱོགས་བཀའ་བཞེད་ཞིང་  
བྲན་ལམ་ལྷགས་སྒྲུབས་གྱི་གཏམ་དོན་གཉིས་ཚང་ཕེ་རྟོད་  
མདའ་སྒྲེན་གས་རེ་ཟུང་བྱོན་པའི་གྲལ་མཐར་བཙན་བཞག་  
ཐོང་བྱས་གཟེག་ལྷགས་བྱོན་པ་ཁོ་བོ་ནི་སྒྱི་ལོ་༡༨༤  
ཐོད་ས་བྱི་ལོར་བྲག་གཡབ་བྲབ་འབྲེལ་གྱ་བཞི། གསར་  
བཟུང་སྒྲུབས་མིང་བསྒྲུར་འཁོར་ཁ་འགང་གི་འཁོར་ཁ་ཚང་



སར་སྒྱེས། སྒྲུབས་བབས་དེའི་ཉོགས་བརྗོད་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པ་ལ། སྒྲོབ་དཔེན་དཔའ་བོས། བདག་ནི་འཇིག་  
 ཉན་མ་ལྟས་པ་དག་གིས། ། བསྟེན་བཀུར་བབྱིད་པ་དག་  
 ལ་ཉི་དུ་དང་། ། བྱམས་ལ་མཇོའ་བཤེས་མ་ལྟར་སྒྲོབ་པ་  
 དང་། ། པ་བཞིན་པན་པའི་གདམས་ངག་འདོམས་པར་  
 འོག། བདག་གི་མིང་ནི་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་བྱང་། ། འགྲོ་བ་  
 མ་ལྟས་པ་དག་འཇིགས་པ་ལས། ། མེད་ལ་སྒྲོབ་པར་  
 བྱུང་ཅིང་སྤྱིད་གསུམ་གྱི། ། རྒྱག་བསྐྱལ་མ་ལྟས་པ་དག་  
 སྤྱོད་བར་འོག།



# ①བསམ་མེད་བྱིས་པའི་དུས་སྐབས།

གོང་མ་ངག་དབང་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཚོ་དེ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོ་  
མཇུག་ཏུ་བྲག་ལྷའི་སྤྱི་མཛོད་གནང་དགོས་བྱུང་བཞིན་གྱི་  
མེ་བྱ་ཏེར་ལྷ་གཉིས་པ་ནང་གཟིམས་ལམ་དུ། དབུ་གཙུག་  
ཏུ་གྲུ་པད་འབྱུང་བ་ཏེར་མའི་ཆས་ཅན་བཞུགས་སྡང་ལ་  
གསོལ་བ་བཏབ་ཅིང་རང་ལ་བསྐྱེམས་གྱུང་བེམ་རྒྱ་མེད་  
པར་རང་ལུས་ཡར་བེམ་འགྲོ་བའི་སྡང་བ་འགར་བས་ཆོ་  
པལ་ཆེར་བསྐྱངས་པ་མིན་ལས་ཆེ། ཞེས་དང་། ཨ་མདེ་རྩེ་  
སྐྱེ་འབུམ་དུ་ཕེབས་པའི་ཆེ་ལམ། གཙུག་ལག་ཁང་ནིག་  
ན་རིགས་བདག་མཁེན་བཙུང་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་པ་ནས།  
འདི་སྐབ་བརྒྱད་འཁོར་ཏེ་བརྒྱད་གྱི་དམ་ཇུས་མེད་གྲོལ་ཡོད་  
རྒྱ་བསྐྱས་པ་ཡིན་ཞེས་བདུད་རྩི་དམར་སྐྱས་ཁེངས་པའི་  
ཡོལ་གོ་གནང་བར་ལྷག་མེད་གསོལ་པའི་སྡང་བ་བྱུང་



ཚུལ་གསང་ནམ་ཞལ་གསུང་བྱག་བསྟར་མར་གསལ་  
 ལའོད་བཞིན། རོར་ལྷ་གསུམ་པ་ནང་མེ་ཉག་དག་བཤེས་  
 རོར་བྱ་བསྟན་འཛིན་མདུན་ནས་ཁོང་གིས་གསར་  
 བསྐྱེགས་ཆེ་སྐྱབ་ཀུན་བརྟུས་གྱི་དབང་ལུང་གསན་ཐུང་།  
 བཞི་པའི་ཆོས་༡༠སྟོར་ནས་སྟོ་བྱར་བསྟན་ཚུལ་བཞེས་ཏེ་  
 དུས་ཆེན་གསུམ་འཛོམས་གྱི་ཞོགས་སྟར་གཞིའི་སྐྱ་  
 གསལ་པོར་སྟོག་པ་ན། གཟིམས་འགག་ཙམ་བསྟན་ལ་  
 གཞི་བརྟུང་བ་ཙམ་རེད་མེབས་པར། དེས་ཞིབ་པར་བརྟགས་  
 གུང་། གྲ་ཚང་གི་དུས་རུང་གསེ་སྟུང་ནི་འཛོགས་མ་རན།  
 ཐུས་བརྟུང་མེད་པར་གཞིའི་སྐྱ་ཞིག་གྲགས་ཚུལ་ཞུས་  
 པར། ཆོས་གོས་ནམ་སྟུར་ཚུལ་བཞིན་བཞེས་ཏེ། ཇི་ལྟར་  
 འཕགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཞིག་ནང་དུ་ཡང་དག་འཛོག་  
 ལ་ཞུགས་པ་བཞིན་དགོངས་པ་ཞི་བར་མནལ་བས་བྲག་



རྩེ་བརྒྱད་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། དག་བཤེས་ནོར་བུ་སྟོན་  
 སེགས་གྱིས་ཐུགས་དམ་གསལ་འདེབས་དང་འབྲེལ།  
 གདོང་ལོང་ལྷ་གཉེར་ནས་གསེར་གདུང་བཞེངས་སྟེ་  
 སེགས་སྟེངས་བསྟོབས་ལུགས་ནམས་ཁོ་བོས་བསྟོགས་  
 བཅུམས་ནམ་ཐར་ཡོངས་རྩོགས་བྱུང་གསལ་ལྟར་ལ། དེ་  
 ནས་གདོང་ལོང་སྟེལ་སྟེལ་དག་དབང་བསོད་ནམས་སྟེལ་  
 མཚན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་གོང་མའི་ཞབས་རྩེས་བེན་  
 པའི་མི་ཞིག་རྟོན་རེ་དང་། གཉེར་ལས་བྱེད་གྱིས་ནི་ཇི་སྟོན་  
 ཉི་ཟླའི་འགྲོ་ལོང་མ་ཆད་པ་དེ་སྟོན་བཀའ་བཞེད་བྱུང་  
 དབང་ལ་འཕོ་འགྱུར་མི་ཡོང་ཞིང་། སྒྲེར་བདག་འབྱེར་པའི་  
 རྩེང་བྱུར་དད་རྩེས་དཀོར་གྱི་རྟ་རྟུན་ཆད་མེད་པར་  
 འབབ་ཕྱིར་ཡང་སྟོན་ཡིན་སྟེ་བ་ཞིག་སྟུར་དུ་འཛོག་འདུན་  
 དགོངས་བཞེད་ལྟ་རྟུན་གཅིག་ཏུ་འཕྲིལ་ནས་ཉགས་



མཚན་བཟང་ཚུལ་བྱེད་འགྲུ་ཞིག་འཛེལ་བར་ཞུགས་པ་  
 ན། སྐབས་དེར་སྒྲ་བྲང་འདི་ལྟར་རྒྱུ་ལ་ལྟེས་པའི་སྒྲ་  
 འབྱེད་ཁ་འཁོས་མི་དམན་ཅམ་བཏེན། འཆད་མཁས་པ་  
 མས་གསར་བཟེས་གཅིན་རྒྱག་གང་དུ་གཏོང་མི་འཤེས་  
 པའི་ཕུ་གྱ་འགྲུ་ཞིག་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་གོང་མིང་འཕྲོབ་རེ་  
 ཀུན་ཚོའི་དགེ་ལྷན་བྱུང་ཚུལ་བྱིས་པ་མང་ཅམ་བྱུང་ཚོད་  
 ལ། དགེ་རྒན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེས་ནི་རང་ངམ་གཞན་ལ་  
 ཏགས་མཚན་ཡིད་ཆེས་ངེས་འདྲོངས་འཤིག་མ་ཕྱོབ་བར་  
 སྒྱག་བཞེད་མཆིས་སྒྲ་བྱང་། གཉེར་ལས་བྱེད་དང་། གོང་  
 མའི་ཉེ་གནས་མངོས་བཅུ་དྲུ་ཆེ་སྟགས་སྒྲ་སྐབས་ཞུ་  
 ས་ནམས་ནས་བྱུར་དུ་ཅོད་འཛེལ་བྱི་འདོན་འགབ་སྒྲེང་ལ་  
 བཏེན། བྱིས་ཁམས་མ་འཛོ་བ་རེད་པའི་ནང་གི་བྱིས་པ་  
 གཅིག ཡར་འཕྲོད་བྱ་སྒྲ་མ། ཆག་སྒྲེས་དེད་པ་དེད་བཅས་



མེ་དག་ཏེང་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེར་བུགས་དམ་བཅུགས་ཞུས་  
 ལ་འཁོར་ཁའི་བྱེད་པོ་མཐོ་ཞེས་པའི་པ་དང་། བྱག་ཇེ་  
 རོ་མིན་ཏན་བརྒྱད་པ། དེའི་གཙུག་རྒྱན་ཆབ་མདོ་རྒྱ་ར་གོང་  
 མ་ནས་གཞན་ངོར་གཟུགས་པའི་བཀའ་ལྟར་དེ་མཚུངས་  
 བཞེན། གཉེར་ལས་བྱེད་པོ་གས་གྱིས་བཙན་ཐབས་སུ་དེ་  
 རང་ལ་ཐག་བཅད། ཁོ་ཁོ་རྒྱུ་དུའི་དུས་ཆེས་མི་འཚམས་  
 པའི་ཐལ་ཕྱིར་སྐབས། དག་ཅན་དེས། ཏེང་སྐྱལ་རིན་པོ་  
 ཆེས་བྱེད་རང་ངོ་མོ་མཐོ་ཞེས་པ་ལས། གོང་མའི་ཡང་  
 སྒྲིང་འབྲུལ་བུལ་ཡིན་པའི་གསལ་ཁ་མ་བྱུང་། གོང་མ་དེ་  
 ཞི་བར་ག་ཤེགས་ཉེར་ཨ་མདོ་དང་། རྒྱ་ཡུལ་དུ་བྱོན་པའི་  
 མི་ལམ་བྱུང་བ་ཕྱག་བསྟར་མའི་དཔེ་འདི་བཞིན་ལ་སློབ་  
 གཉེར་གཟབ་གཟབ་མ་བྱས་ན་མི་ཡོང་ཚུལ་པེབས་གྱི་  
 ཡོད། དོན་དུ་ཞི་བཟང་གོང་མ་བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས་དེ་



བསྐྱལ་བཟང་དང་སྒྲེལ་མ་བེར་བ་བྲག་གཡའ་ག་བེ་པའི་  
 སྒྲང་པེ་ཞིག་གི་བྱུང་བལྟམས། དེ་ཉིད་ཞི་བ་ལྟར་གྱུར་ངེས་  
 ཞི་བ་ལྟ་བུ་བྱང་གིས་བྱིམ་མི་གསེ་དགོས་ལ་བྲག་སྐབས་  
 ཆབ་མདེ་བྱ་བྱང་བཟུང། བྲག་གཡའ་ནང་མ་གཞུང་ལ་  
 ཐབ་ཉེན་ས་ཁང་ཞིག་གསེལ་རས་ཞུས་པར། བྱ་བྱང་ཡས་  
 བྱེན་མཐུན་འབྲེལ་ལེགས་ལམ་ལ་འབྲགས་སྒྲོན་ཡོང་ཆེད་  
 ནངས་སྒྲུ་བྱེ་དུས་གཟེར་སྐབས། བྲག་ངེ་དུག་པ་ཆེན་  
 པའི་སྒྲུ་ལུས་ལ་གྲི་མཚོན་ཕུལ་མཁན་ངག་གཙོ་མགོན་  
 རྒྱལ་ཅན་གྱི་དཔུང་རོགས་འཁོར་ཁ་བསྐྱལ་བཟང་དབང་  
 རྒྱས་རྒྱ་པོད་ཞིབ་སས་སྒྲེ་བཅད་ཁྲག་སྒྲུར་དང་། བུ་རྒྱུད་  
 རྣམས་ཡུལ་ཕུད། ཁང་གཞིས་རྣམས་འབྲུག་བེང་སྐབས་  
 བྱ་བྱང་བང་མཛོད་བརྒྱག་གཏོར་སོང་བའི་གུན་ཐེབས་སུ་  
 གསེལ་སྐུལ་གཞུང་འཛིན་འཁོར་ཁའི་གཞིས་ཁང་རྣམས་



ཁོ་ཆོར་ཁ་འཛིན་གཏན་འཇགས་གསེལ་རས་གནང་ཞིང་།  
 ཞི་ལྷའི་གཙུང་སྒྱུད་བྱེད་དམ་པར་བྱབ་ཤི་ཞ་བྱམས་ཚང་།  
 གི་བྱ་མེ་ཞིག་བྱིམ་ཐབས་སྒྲངས་པར་བྱ་མེ་གཉིས་དང་།  
 ཁོ་བོ་སྤྱན་མཆེད་རིམ་པར་བཅས་པ་བཅས་ལ་བརྟེན། དེ་  
 ཉིད་གདོང་ཞོང་གོང་མའི་ཡང་སྤྱིད་དུ་བྱས་ན་ཞི་ལྷས་  
 གཙོས་ཆབ་སྒྲར་མཐུན་འབྲེལ་དམ་བཅ་ཡོང་རྒྱ་ཆབ་བྱག་  
 ས་མཚམས་འདྲིར་གལ་གནད་ཆེ་བ་དང་། ཞང་པོ་ཞ་  
 བྱམས་བསོད་ནམས་ཡེ་འཤེས་དེ་སྤྱིད་སྤྱོགས་གཏམ་ཡིག་  
 ཐེར་སྒོ་ཡངས་འཤིང་། བྱལ་དེར་ཁ་དབང་བཅོན་ངེས་  
 གཉེར་ལས་བྱེད་ནམས་གྱི་གྲོས་འདྲི་བྱ་ཡུལ་ཡིན་འདུག་  
 པ་ནམས་གྱི་སྤྱོད་བྱས། གདོང་ཞོང་སྒྲ་གཉེར་གོང་མས་  
 བཅོར་གཙོན་གྱིས་བཙུམས་པའི་མེ་ཞིག་འཁོར་འཕེས།  
 (མཚར་གཏམ) འཤིང་ཁ་ཚང་སར་ལུས་སྒྲངས། སྤྱོད་གྱི་



ལན་ཆགས་འབྲགས་ཆེན་པོས་གདོང་རྟེན་པོ་ཆེར་  
 གྱུར་པ་མིན་ནམ་སྟམ། རིགས་རྩས་ལ་དགའ་ཞེན་བྱེད་པ་  
 འོས་མིན་ཡང་། ལོ་རྒྱུས་དཔྱད་གཞིར་ཅིའང་མཁོ་བས་  
 དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན། སྦྱར་བོད་མིའི་འགོ་བ་ནམས་རྩས་  
 ཆེན་བཞི་ལས་གྲུས་པའི་ཁམས། ཡེ་སངས་དགར་པོ་  
 གནམ་གྱི་འཇུག་ཕན། ཡེ་སྦྱོན་ནག་པོ་ཁྲི་ཆུའི་པ་བོང་  
 འདྲ་བ། སྦྱང་ཁྲི་ཡེ་འཕེས་ལྟ་ཡི་སྦྱོན་མེ། མེན་ཇུ་ནག་པོ་ཁྲི་  
 ཡི་རྩ་རྒྱངས་ཅན་དང་བཞི་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དང་།  
 ཡང་ཡིག་ཚང་མཁས་པ་དགའ་བྱེད་སོགས་ལས་འབྱུང་  
 བར་བ་འདྲ་པ་ལྟར། རིགས་རྩས་གྱི་ནམ་དཔེ་བཅུ་གཉིས།  
 རྒྱལ་རིགས་ཆེ་བ། རྩེ་རིགས་བཅུ་ན་པ། བྲམ་བེའི་རིགས་  
 གཙང་བ། དམངས་རིགས་མང་བ་བཅས་ཁྲི་ཡི་རིགས་  
 བཞི། རྒྱ་གར་བ་ལྟ། རྒྱ་ནག་པ་ལྟ། རྟོར་སོགས་ལྟ་མ་ཡིན།



གུང་གོའི་ནང་ཚན་བོད། སྒྲུ་དང་བྲག་སྒྲིན་ལས་མཆེད་པ་  
 སྒྲེ་བར་གྱི་རིགས་བཞི། ལྷོང་དང་། ལྷོང་དང་། བསེ་དང་།  
 དམ། རང་གི་རིགས་བཞི་ནམས་ལ་རུས་ཆེན་གྱི་མོ་བཅུ་  
 གཉིས་སུ་འདྲན་སྒྲེལ། ཡང་། འཕྱི་བ་སྤལ་པ་སྤྱ། སྒྲུ་  
 བཅས་ཕྱིའི་རིགས་བཞི། གམ་འཁྱུ་དང་གྱིམ་འཁྱུ་  
 རོར། ཁ་ལེ་མོན་དང་། དུར་རྒྱལ་བོད་ཅེས་གུང་ལྷ་ནང་གི་  
 རིགས་བཞིར་བ་འད་པ་དང་། ཡང་། བསེ་དམ་ལྷོང་ལྷོང་  
 དབྱ་ལྷུ་སྒྲེ་རིགས་དུག་ཏུ་འདྲན་པ་སོགས་དང་། གྱེ་བྲག་  
 བོད་ཆེན་པོའམ་ཁམས་པ་མང་ཆེ་སྤྱ་ལྷུ་དགའ་གདོང་  
 ཞེས་བྱ་བའི་རུས་ཆེན་བཞི། དེ་དག་ཀུན་གྱི་ཞང་པོར་འོས་  
 པ་སྒྲོ་ལྷ་སྒྲེ་དཀར་པོ། དེ་ལས་མཆེད་པའི་ནང་ཚན་མགར་  
 གེ་འགོང་། ན གཡུ་གསེར་འབྲམ་། ན འོལ་སྤྱག་འཕྱང་  
 ན ཅི་ལྷུ་བཞག་། ན གཅེ་སིང་རམ་། ན ཕྱག་པོ་བྱ་། ན



བཅས་ཆོ་ཆོན་བཅོ་བརྒྱད། བྱད་པར་བོད་སྒྱིར། ཆོས་རྒྱལ་  
 གནས་དང་ས་སྐྱ་ལ་ཁོན། འབྲི་གུང་སྐྱ་ར་ལྟ་གཟིགས་  
 རྒྱུ་ས། རྟག་ལུང་ག་ཟི་བྱུང་པོ་བྱ་སྟེ། མིའུ་གཏུང་དུག་ཏུ་  
 གྲགས་པ་སོགས་ལས། དབྱ་རིགས་ལྷགས་ཁམས་སེ་  
 བྱུང་དབྱ་བྱ་ག་ཟིར་གཏོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་སྟོན་བྲག་  
 གཡམ་ག་ཟི་འཁྱུང་གི་སྟེ་འཁོག་བྱུང་ར་སྒྲུང་དུ། སྐྱ་གཡུང་  
 སྒྲུང་ནས་གནས་འཕྲོས་ག་ཟི་སྟེ་བ་ཚང་བེར་བའི་པ་ཆོ་  
 ཞིག་ཆགས་འཁྱེད། དེའི་མི་རབས་ལ་བླ་མ་སངས་རྒྱས་  
 སྐྱབས་ཞུ་བ་དཔལ་ཐང་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། འགྲོ་བའི་  
 མགོན་པོ་ཡེལ་པ་ཡེ་འཁོས་བརྩོགས་གྱི་དངོས་སྟོབ་ཏུ་  
 བྱུང་པ་ཞིག་ལ། འགྲོ་མགོན་ཉིད་གྱི་ཏུ་འཕུལ་གྱིས་རྒྱ་གར་  
 ནས་སྐྱོན་དངས་སྒྲུང་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྟན་འདས་འཁྱུག་ཐུབ་  
 པའི་སྐྱ་བརྟན་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་གཟི་འོད་འབར་བ་སོགས་



ལྷུལ་གནང་ཡེལ་དགོན་དང་། མར་ཡུལ་བྱང་སྒང་དགོན་  
 སེགས་བཅའ་གདུལ་བྱ་འགྲོ་དོན་གྱི་ཆེར་བསྐྱེད་ས། སྡེ་བ་  
 དེ་དང་སྟག་ར་སྟོང་དཔོན་གྲགས་པ་ཡེ་འཤེས་མཆོད་ཡོན་  
 དུ་འབྲེལ་བ་བཅས་ཀྱིས་སྟེགས་དེར་ཁ་དྲག་ཆེ་ཙམ་བྱང་  
 སྒང་འཁྱེད་གཉིས་ཀྱི་ཡུལ་མིང་ལའང་བྲབ་འབྲི་དང་ག་  
 ཟེར་ཆགས་པ་ལས། བཀའ་བཅུ་གྲགས་པ་གྱུལ་མཆོན་  
 མཆོན་སྟན་འགྲོ་དོན་གྱིས་སྐབས། བྲག་ཁྱུལ་པ་ཆོན་  
 སྟོབས་འཁྱེད་ཆེ་གས་སྐྱེད་ཆོང་རིན་ཆེན་མགོན་པོ། ལྷ་  
 དྲུང་པས་མཆོན་མི་གྲགས་པལ་ཆེས་སྒྲ་མར་བཀྱར། ཡེལ་  
 དགོན་དང་གུན་ནི། སྡེ་འུ་དགོན་སེགས་སྐར་གྱི་དགོན་པ་  
 པལ་ཆེ་དགོ་ལྷགས་སུ་བསྐྱེད་བ་དང་འབྲེལ་སྡེ་ས་དེའང་  
 ཡོན་བདག་གི་གྲལ་ཞབས་སུ་ཚྱོད་པར་གྱུར་ཏོ། །འདི་  
 བོད་སྟག་ལྷུང་པ་དང་འབྲེལ་ཡོད་གོར་མ་ཆག་གྱུང་། དེ་



གའི་བླ་དཔོན་ནམས་གྱི་ནམ་ཐར་ཉེགས་བརྗེད་རྒྱས་པར་  
 དཔུང་གཞིའི་ཆོག་ཟུར་འདྲ་འཁོད་ཡོད་ན་ལས་ཡིག་  
 དེགས་གཞན་ད་སྟོན་མ་མཐོང་ལ། དེམ་གྱིས་ཕག་གྱུ་དང་  
 གཙང་སྟོང་ཐུས་ཉེས། ནང་ཁུལ་དགོ་ལྷགས་མཆོད་  
 གནས་དབུ་མཐོ། ཡོན་བདག་ཙམ་གསར་ཆེ་བ་ནང་  
 འདམས་ཀར་ཕྱོགས་དང་རྒྱང་ཐག་དེད་དུ་སོང་བ་སྟམ།  
 གྲགས་པ་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་ཕྱོང་བཞི་པ་སྒྲོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་ནོ་  
 མིན་ཅན་ཅེ་ཐོག་ཕྱའི་སྒྲ་དུས་དེའི་ལུམ་སྟོང་བཙན་དྲག་  
 ཅན་ཞིག་ག་བྲབ་ཁུལ་ལྷགས་ཏེ། ག་བློ་སྟོང་པ་གོང་གསལ་  
 གྱི་དཔོན་གནས་མངའ་དེས། གཞིས་ཀ་མང་དག་བཙན་  
 འཕྲོག་ཡུལ་མི་ནམས་དབང་དུ་བསྐྱས། ཁུལ་བྲིམས་  
 གདུག་ཕྱི་བ་སྟོང་པ་འཁོར་ཏུ་བྱ་བས་ཡུལ་བྱ་དཔོན་མེད་  
 གྲགས། སྟོང་པའི་མི་དོ་ནམས་འཁོར་ཏུ་ཞེ་ཡོད་མ་རངས་



།ཀྱང་དཔེན་མེད་ལུང་མ་ཚ་བེ་ཅི་ཡིན་བྲག་བླ་སྒྱུ་ཕྱེད་བཞི་  
 །ལྟེ་མཚམས་སྒྱུད་ཡུལ་ཕྱག་མཛོད་འཛོན་མི་དག་སྒྱེད་  
 །གངས་མགོན་རྒྱས་ཟེར་བའི་སྒྲོད་གྲགས་ཅན་དེ་བྱུང་བ་  
 །སྟགས་གྱིས་ཅིའང་མ་རྒྱུ། འོན་ཀྱང་ཡུལ་མི་རྣམས་གྱིས་  
 །ཁོ་ཆོའི་མི་རྒྱུད་ལ་ལྟ་བསངས་གཏོང་བ། སྤྱི་གསེ་བ།  
 །སད་སེར་སྒྱུད་ཞིང་ག་ཤེད་འདྲེ་སྒྲོད་པ། ཐ་ན་ཆ་སྒྲགས་  
 །སྒྲངས་འདུལ་ཚུན་ལ་འབོད་བདེ་ཨ་ལྟེའམ་སྒྲགས་འཆང་།  
 (ཡུལ་སྒྲོད་དུ་སྒྲིམ་པ་དང་པ་ཁ་ཡང་ཟེར) ཞིག་གི་བཙུ་  
 །མཐོང་ཕྱན་བྱུ་བྱེད་ཆོད་མ་ཟད། མི་རབས་སྒྱུ་བླ་མ་དང་  
 །སྒྲགས་འཆང་སྟོན་སྒྲིམ་བཟང་པོ་འགའ་ཞིག་བྱུང་ཚུལ་  
 །བྱེད་དོ། བྲག་བླ་སྒྱུ་ཕྱེད་དུག་པའི་དུས་བླ་མ་ཆེ་ཆོད་དང་  
 །རྒྱུ་ཆོད་གཉིས་གྱི་མཛོད་གཉིར་ནང་ཁ་འཆམས་མིན་སོ་  
 །སེའི་ལྟེས་འཕྱོག་རྒྱབ་ལངས་འབྲུག་ཅོད་སྒྱུ་དུག་པ་མགར་



ཐར་བར་ཐེབས་ཏེ་བྱང་ཐང་ཆེན་པོའི་གདོང་བསྐྱུས་སྐྱབས་  
 གསེལ་སྒྱེ་ལོ་༡༥༧༧ལོར་སྐྱ་ཚབ་འབའ་ཕོགས་དཔོན་  
 རང་ཕྱོང་ལོན་དང་། ས་དབང་བ་ལྟ་སྒྲ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་  
 དེ་ལས་བྱ་དཔུང་དམག་བཙས་ས་གནས་སུ་ལྷགས་ཏེ།  
 ལྷ་མ་ཆེ་རྒྱུ་བར་གྱི་སྤྱང་གཞི་བྱོད་ཙུ་ཞིབ་བ་ཤེར་རྗེས་  
 འབྲེལ་མཛོད་པ་ལྷ་གཙུག་རྒྱུད་དང་། བྱོད་གཏེ་མང་པོ་  
 རྒྱུས་འབྲུད་གནད་བ་སོགས་གྱི་ཆོ། བྱང་ར་སྒྲུ་མ་པ་  
 གཡུལ་རྒྱལ་ཙན་སྤྱོད་མ་རྒྱགས་གྱིས་རྒྱ་བོད་ཞིབ་སར་  
 སྤར་འཛིན་ག་བྲབ་ཁྱུལ་གྱི་ས་ཞིང་དབང་རིས་བདག་ཕྱོབ་  
 ཡུལ་བྱ་དཔོན་མོས་བཙན་འཕྲོག་ཕྱིར་ལོག་ཡོང་ཐབས་ཞུ་  
 གཏུགས་བྱས་པར། བྲག་ཁྱུལ་ས་མི་སྡེ་བཙས་སྤར་ནས་  
 ཏེ་ཕྱོག་བྱ་སྒྱེ་སྤྱང་བཞི་པར་གནམ་གྱི་ལྷ་འཇམ་དབྱངས་  
 བོང་མ་བདག་པོ་ཆེན་པོས་གསེལ་རས་སུལ་གནད་བེན་



དཔར་སྒྲེར་བདག་གནའ་གཏམ་རྟེང་པ་བསྐྱར་ཞིབ་བདེ་མིན་  
 ཞེས་གྲུབ་འབྲས་ཅིའང་མ་ཐོབ་ཁར། ཞིབ་དཔྱད་པ་རང་  
 གནས་གྲེས་ངེས་སྐྱ་བོད་བཀའ་ཞིབ་བབས་སྐབས་བྲག་  
 བྱར་རྒྱབ་གཏོང་ལྟེས་མེད་བྱས་རིགས་སྒྱུར་ལན་སྒྲོད་ངེས་  
 འབྲེལ། བྱང་ར་སྒྲེམ་པ་ཚང་གིས་སྐྱ་བོད་མགོ་ཁྱར་སྒྱུར་  
 བྲག་བྱས་ངེས་ཅན་གྱི་དཔོན་ཚང་ལ་གྱོད་འཇུགས་མ་ཚད།  
 སྐབས་མགོན་ཆེ་ཚང་ལའང་ཞོར་དུང་སྒྱར་ཞུས་མཚན་  
 འགས་ཅི་རིགས་བྱུང་བ་འོས་སྤྱ་མ་ཆེ་ཚུལ་མཁར་སྒྲུང་སྒྱུ་  
 མཛོད་ནས་བཅོན་འཇུག་ཁ་དབང་གཞུང་བཞེས་ཉེ་བའི་  
 བཀའ་བཀྱོན་(རྟེང་པའི་ཐ་སྐྱད་སེས་བཞག་ཐོག་འདི་གས་  
 བསྐྱེད་ཆོག་གྱུང་ཡིན) ཉེན་ཁ་ཆེན་པོའི་སྐབས། དཔོན་  
 མེས་འཕྲོག་ལྷག་ཡེལ་དགོན་དང་ཁྱེ་སྒྲེར་ཡོད་པའི་  
 གཞིས་ལག་ཆབ་མདོ་བྱང་སྒྲུང་དགོན་པའི་ཁ་འཛིན་



བཅས་གདོང་ཀོང་ཁྱི་སྒྱུ་ལ་སྒྲོ་བཟང་སྒྲན་གྲགས་ལ་ཆེས་  
 ཐེབས་སྒྱུ་འབྲུལ་སྒྲུར་དང་འབྲེལ་མགོ་འདྲན་སྒྱབས་  
 འཇུག་ཞུས་པས། ཁོང་གདན་ས་མ་བུའི་ཁྱི་བ་དང་། ཡུལ་  
 ཐུ་དཔོན་ཆང་ལ་མཆོད་ཡོན་དུ་འབྲེལ་བ་བཅས་ནས་  
 དགོན་པན་ཚུན་ཁ་ཁར་མཛོད་པར་ཞུ་ཤིང་། ཡུལ་ཐུར་  
 གསེད་བཀྲོལ་སྒྲུང་སྒྲེ་པའི་མིང་ལ་ཁར་འབོད་མི་ཆོག་ཅེས་  
 ལས་གསེད་བརྒྱུད་དང་ཁ་དབང་འཕྲོག་པའི་ཉེན་ཁ་ལས་  
 ཐར་ཐུབ། བྱང་ར་སྒྲོང་གི་ས་ཁོང་ཕན་བུས་འཆོ་ཉེན་ཤིན་  
 ཏུ་དགའ་ལ། མགོན་ཁྱིས་བྱང་མནན་རྒྱུན་ཚུ་གྲང་བསྒྱུར་  
 ཞིབ་སྒྲུབས་བྱང་ལྡང་བའི་རེ་བུལ་ངེ་ཞིག་ན་མེས་བསྐྱལ་  
 བཟང་དང་སྒྲོལ་མའི་དུས་ཡུལ་ས་མ་བུའི་སྒྲོམ་པ་བསྐྱལ་  
 བརྒྱ་ཞེས་གནས་ཁང་འཆོ་བ་ངེས་མེད་གོང་ཆོག་བསྒྱུ་  
 སྒྲོང་གིས་ཅི་འབྲེལ་ག་བྱབ་པན་ཚུན་དུ་འབྲུམས་ཏུལ་



སྒྲུབས་ཞི་བཟང་གོང་མ་དང་། ཁོ་བོའི་སྤྱད་བྱེད་བཅས་  
 དེམ་པར་བཅས་སོ། ཞི་བ་ལྷ་གོང་མའི་ཡང་གོང་མ་དེ་ཞི་  
 བར་ག་ཤེགས་རྗེས་ཡང་སྤྱད་བཅོལ་འཛོལ་གྱི་ཆོ་ན་ལྷ་ལྷ་  
 འགས་མཆོག་སྤྱལ་ངེས་སྟོན་ཡོང་བའི་རྒྱབ་དེམ་དུ་མདོ་  
 སྤེ་བསྒྲུལ་བཟང་གསུང་སྒྲོགས་དང་། སྒྲོལ་འདོན་མང་པོ་  
 མདོན་མཆོན་ཅན་དུ་པབ་གྱི་ཡོད་གསལ། རྟོགས་དཔྱོད་  
 ཅན་ཡིན་ཁྱལ་འགས་སྒྲོམ་པ་བསྒྲུལ་བཟང་སྒྲོལ་མ་  
 གཉིས་པར་ཡོད་པའི་རྟོགས་མཆོན་བཟང་པོ་བྱུང་ཚུལ་  
 གླེང་བའི་ཕུ་གྱ་དེ་ཞི་ལྷ་རྩེ་ངེས་འཛོན་བདག་སྤྱད་འཁོར་ཁ་  
 ཚང་གི་གཞིས་ཁང་ཐོབ་པ་སོགས་བྱུང་། མེས་སྒྲོམ་  
 བསྒྲུལ་བཟང་དུས་གྱི་རྒྱན་འདོན་དཔེ་པོ་ནང་སྤྱག་བཅོན་  
 གྱི་གསེལ་མཆོད་ཡོད་དར་ཡང་གཉིར་སྤྱད་གཞི་བདག་  
 སྤྱི་འགྲེ་ལྷ་བུ་ཞིག་ལས་དེ་སྤྱད་ཡོང་མ་ཕྱོད་། དེ་མཚུངས་



ཡིག་རྟེན་གསེབ་ས་ཞིང་མངའ་རིས་ཡུལ་བྱ་དཔོན་མེས་  
 འཕྲེག་ཚུལ་དང་། རྒྱ་བོད་ཞིབ་སར་གྱུར་གཏུགས་ཞུ་བྱེད་  
 ཟེན་བྲིས་བཅོམ་པ་དེའང་མཐོང་བ། ཁོ་བོའི་པ་ནས་ཡིག་  
 རྟེན་དེ་དག་ཡབ་དམ་པས་གཅིས་འཛིན་ཕྱག་དྲིག་ཅན་དུ་  
 སོང་བས་གཡང་ཉེན་ལྷ་བྱུར་ཉར་བ་ལས་ཉེར་མཁོ་མེད་  
 ཅིང་། གཞན་དང་བྱུང་པར་ཡུལ་བྱུར་མི་ངོས་མཐོང་ཆོ་  
 བྱུང་གཤོང་ཀོང་དང་མཆོད་ཡོན་ལ་རྒྱར་གཤོད་ཅིས་སྤྲས་  
 བསྐྱང་གི་ཚུལ་གནང་གི་ཡོད་པ་དང་། མེ་ལུག་རྒྱ་བོད་  
 ཞིབ་སའི་དབྱུང་མཚམས་བཀའ་བྲ་སོགས་སྒྲབས་དེའི་  
 ཡིག་ཁག་བྲག་སྒྲེའི་དེ་སྒྲམ་དུ་ཡོད་པ། སྒྲ་མ་སྒྲེ་ཆོས་རྟེན་  
 པ་ཡེལ་དགོན་ལྷ་ཆེན་གྱི་ཉེན་བཤམ་ཡིག་རྟེན་འཕྲེག་  
 རྟེན། ག་བྲི་ཡེལ་དགོན་དང་། ལྷེ་སྒྲེའི་ས་ཞིང་ག་བྲི་སྒྲེ་  
 པས་གཤོང་ཀོང་མགོན་ཁྲིར་ཆོས་ཐེབས་འབུལ་སྒྲུར་ཞུས་



གདན་གཞུང་བྲག་ཐུང་དཔོན་ཆེ་ཁའི་སེར་གནས་མགོ་  
 མཆན་ཅན་བཅས་ནས་གོང་དོན་དེ་དག་གསལ་མེད་ཀྱང་།  
 ག་ཟེ་གདུང་རབས་ཀྱི་ཇི་ལྟར་སྒྲ་པན་མ་འཚལ་ལོ། བྱིས་  
 ལྟག་ལུང་ཆེས་འབྱུང་དུ་རགས་རིམ་འཁོད་པ་མཇལ་  
 གསལ་ལྟར་ན། གཡང་འཁོད་བོད་ར་སྟེང་དུ་གདུང་དུག་  
 གི་ནང་ཚན་སེ་བྱུང་དབྱེ་ལ་དགར་ནག་བྲ་གསུམ་ཡོད་པ་  
 ལས། བྲ་བོ་བྲ་དགའི་ནང་གི་རི་དེ་ཁོང་ལྟ་སྟེང་། དེ་ལ་  
 བྲ་ལྟ་བྱུང་བའི་རི་བྱུང་གི་ག་ཟེ། དེའི་རིགས་བརྒྱད་ཆེ་  
 འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་འབྲིང་བ་ལས་རིམ་མཆེད་ཨ་ལོམ་  
 ཡོན་ཆེན་བཟང་པོ། དེའི་ལུམ་དཔལ་མོ་མཆོ་ལ་སྤྲས་མ་  
 བྱུང་བར་བཏེན། ཡོན་ཆེན་དགའ་ལོ་བདུན་ཅུ་བཞེས་  
 སྤྲས་སྒྲར་ཁམས་ནས་བཀྲ་འཁོས་ལེགས་ཟེར་བ་ཁབ་ཏུ་  
 བཞེས་པར། རིགས་རྒྱད་མང་བ་སྤྱང་ངོས་ལ་རྩ་སྟེས་པ་



ལྟར་ཡོང་བའི་སྟོན་ལམ་གྱུ་བ་པ་སྤྲུལ་ཆེ་བ་འདོན་ན་དེ་  
 བྱེད། དེགས་བརྒྱད་ལ་ཕྱི་སྟོན་ཐམས་ཅད་དཔའ་བོ། མོ་  
 སྟོན་དཔའ་མོ། འགྲོ་བའི་སྦྱབས་གནས་སུ་འགྱུར་བའི་སྟོན་  
 ལམ་གྱུ་བ་སྒྲིལ་སྤྲུལ་འབྱེད་བ་དག་མིག་ས་འདེབས།  
 དཔའ་ཙུལ་ཅན་དག་འདྲུལ་ལ་དགའ་ཞིང་། གཞན་གྱིས་  
 རྒྱུ་མི་རྣམས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱུ་བ་པ་སྤྲུལ་རྒྱུ་ལྷན་ཀ་པར་  
 བསྟོར་བཅས་ལོ་གསུམ་ལ་དེས་པར་འབྱུངས། ཆེ་བ་སྦྱར་  
 ཁམས་སུ་ཕྱིན་ཕྱིས་བཟུང་བུ་བདུན་བྱུང་བརྒྱད་འཁྱུ་  
 བཟང་ཕྱིས་མདོ་ཁམས་ཀྱི་དཔོན་ཆེན་བྱས་པ་སོགས་  
 དེགས་བརྒྱད་མང་དུ་འཕྱེལ། སྤྲུལ་རྒྱུ་བ་ལྷན་ཀ་པར་  
 བསྟོར་ནི་སྟོབས་ཆེན་སྒྲིག་གི་བཙན་མེད་ཅེས་པར་གྱུར།  
 དག་མིག་ས་འདེབས་གཡང་འཁོར་རང་དུ་གཞིས་ཆགས་  
 ག་བྱི་འབར་ཕྱིར་གྲགས། དེ་དང་བྱབ་འབྲི་བཟའ་དག་



གསུམ་ཁྱེ་མོ་འདུས་པའི་སྤུལ་སྤྱུ་མཉམ་མེད་ཐང་པ་རིན་  
 དེ་ཆེ་བཟུ་འགྲོ་ལེས་དཔལ་སྟོན་ལས་འབྱུངས་པར་བཤམ་པ་  
 ལས། ཆེ་འབྱེད་སྤྱི་བརྒྱད་པ་ཡིན་ནི་བཤམ་པར་མ་འཚལ་  
 ཡང་། རྩུགས་འདིར་ཡུལ་སྡེར་བྱབ་འགྲོའི་མིང་ཆགས་པ་  
 སྟོན་ལས་འབྱེད་བའི་རྟོལ་གོ་ག་ཅིག་ཡིན་པའི་རེ་བ་  
 ཆེན་པོ། རྟོན་པ་དེ་ལོ་ངོ་གཉིས་ལོན་སྟོར་གདོང་ལོང་དམ་  
 པ་དེ་ཉིད་རང་བྱིས་དུ་ངོས་འཛིན་གོས་བསྟོན་ལ་ཕེབས།  
 ཁྱེ་རྩུག་ཁྱེ་ལོར་བུ་དང་འདྲ་བར་བཅུས་ཏེ་གཅེས་སྦྱས་  
 གཙང་སྦྱ་བུ་དགོས་པའི་སྟོབ་སྟོན། མཆོག་ཉིད་དང་སྟོན་  
 དེ་སྦྱ་མ་རིན་དེ་ཆེ་དགོན་མཆོག་ཆེ་རིང་གཉིས་ཀྱིས་འཆི་  
 མེད་ཆེ་ཡི་དབང་བསྐྱར་ཟབ་མོ་དང་བྱབས་བྱས་ཡང་ཡང་  
 མཛེད་པར་སྤྱང་། ལོ་ངོ་བཞི་ལོན་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པ་  
 གསར་ཆོས་ལུགས་སྤང་ལོར་ཟླ་དྲུག་པའི་གཟུང་སྟོར་



ལེགས་པ་ཞིག་ལ་བྲག་རྗེ་ནི་མིན་ཅན་བརྒྱད་པའི་བཀའ་  
 རྒྱ་བྱིན་མདུད་རྟེན་ཆས་གསེལ་རས་འབྱེད་མི་བྲག་ལྗེའི་སྐུ་  
 ཚིབ་(འདི་གས་སྐབས་དེའི་ནམ་འགྱུར་འཆར་བྱུང་ཐ་སྟོན་  
 རྟེན་པ་སེར་བཞག་ལས་ད་ལྟ་དགའ་ཞེན་མ་སྐྱུར་བ་ནི་  
 མིན་ངེས།)མངོས་བཅུ་དྲུང་ཆེ་སྟོ་བཟང་ཚུལ་བྲིམས་དང་།  
 མཆོད་དཔེན་སྟོ་བཟང་ཐོགས་མེད། རང་སེ་ལྟེ་འཆར་ལྟ་  
 རྒྱལ་རབ་བཏོན། དྲུང་གཉེར་ལས་བྱ། གཞན་ཡང་གྲ་ཚང་།  
 ཆོགས་ཆེན། འགམ་ཐོག་མངོས་བཅུ། རང་སོ། དུལ་ཐུ་  
 སོགས་དཔེན་ཁག་སྟེ་འཕྱོག་གི་གཙོ་བོ་མི་དྲག་སོགས་  
 སྐྱོན་བདག་དང་། བྲི་འདོན་གཉེན་སྒྲིག་སོགས་སྟོ་དཔེན་  
 ཁག་གི་མཛོད་ཆེན་(འདི་གས་ཀྱང་བསྟེན་ཆོག)སྐབས་  
 དན་ཚུན་སྟོ་དར་སྟོབ་རེས་ཅན་མང་ཙམ་གདོང་གོང་དུ་  
 འདུ་འཛོམས་རང་བྲིམ་ནས་བསྐུ་འཕྲོག་གདོང་གོང་སྐུལ་



སྒྲུའི་གྲལ་གནས་སྤྱ་བཅོན་དབང་གིས་བཞག་སྟེ་འགྱུ་  
 ཡ་ང་བའི་བཟང་བཅོན་དུ་ཚྱོད་པར་གྱུར་ཏོ། ། དམ་པའི་  
 མཛོད་བཟང་སྟེ་གྲོས་ཚུ་བ་བཏན། ། གཞན་པན་ལྷག་  
 བསམ་ལེ་འབྲས་གཡུར་དུ་བ། ། སྟེ་བཞིའི་དཔལ་ཡོན་དྲི་  
 བསྐྱེད་ཕྱོགས་མཐར་འཕྱོ། ། དེ་འདྲ་སྟོན་ན་དཔག་བསམ་  
 ལྷ་ལྷོན་ཡིན། ། སྟོལ་ངན་སྟོན་གྱི་ཁ་ལོ་བས་སྒྱུར་བ། །  
 གཞན་འཆེ་སྟེ་ག་པའི་ཐོབ་ཏུ་བྱེད་པ་ནམས། ། གསེར་གྱི་  
 བྲི་འཕང་མཐོན་པོའི་ཕྱིར་བཞེད་གྱུར། ། ། བསྐྱེད་ལེས་  
 ཡོན་ཏན་སྒྲུ་ཕྱིའི་ཆ་འགས་མེད། ། དེ་སྟོང་ནད་གྱིས་མ་  
 བཏབ་གཞོན་ནུ་དེ། ། གསེར་གྱི་སྟེ་གས་ལས་མ་ཡི་པང་དྲོ་  
 ཞིང་། ། ནུ་ཞེའི་བཅུད་ལ་ང་ཆང་འགས་མི་བསྐྱུན། ། བྲིམ་  
 ལས་ལྷ་ཁང་གོག་པོ་ཉམས་མི་དགའ། ། བརྟེན་ཡུལ་བྲི་  
 འཕང་མཐོན་པོར་བཞེད་པས་ཅི། ། ཞེ་སྟེ་ག་པོར་པ་མར་



ལུས་བཀང་བས་ཅི། ། བཙོན་པ་ལྟ་ཡི་ཁང་པར་བཞག་  
 གུང་ཅི། ། རྩོལ་གས་ཅན་དེ་དར་གྱིས་རྩེལ་ནས་ཅི། ། ཁོར་  
 དཔེ་བད་དོན་གཞི་ནས་སྒྲོབ་དགོས་འདི། ། མཁས་བྱུབ་  
 བོང་མའི་སྒྱེ་བར་བདེན་ཞེ་ན། ། ར་ལུག་ཕག་དང་ཏྲ་བོང་  
 འདི་དག་ཀུན། ། ཀུན་མཁུན་ཡིན་པར་བརྗོད་ན་ཅི་ཡིས་  
 འགོག། ། དེའི་ཆེ་སྒྲུང་ཐང་ཐབ་བསྐྱེའི་སར་ཡིན་ནམ་གུར་  
 མང་པོ་ཁྲ་ཏིང་ངེས་ལུབ་འདུག་པ་དང་། གཟུབ་འཕྱོར་གྱི་  
 བྱོན་ཆས་སྒྲུས་པའི་ཏྲ་པ་མང་པོ་མཐོང་སྒྲུང་། འཆོ་སྒྱུང་  
 བྱེད་པོ་བརྗོད་པས་ཏྲ་ཅང་སེམས་སྒྲུག་བྱུང་བ་བཅས་སྒྲོ་  
 ཡུལ་འཁོར་པ་ཅོམ། གདོང་ཀོང་དུ་འཕྱོར་འཕྱལ་སྒྲ་བྲ་  
 འགས་རིང་འཆོའི་ཏེན་འབྲེལ་འཁོས་སྒྲོན་ཆེ་ག་དང་འབྲེལ་  
 དགེ་ཤན་མཆོག་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ནས་  
 མཐུལ་གསུང་བ་འད་དང་སྒྲགས་ཏེན་འབྲོགས་དང་བྲག་



[illegible]



དེར་བཅོལ། དེས་གྲང་མ་མ་ལྟར་བཅེ་བས་བསྐྱངས། ལོ་  
 དེར་རྒྱན་ནི་དགོན་དུ་བྲག་ཇི་ནི་མིན་ཅན་གོང་མ་དེ་ཉིད་གྱི་  
 མདུན་དུ་བཅད། ཏ་འགོས་དགུ་ཚན་གྱི་དངོས་འབྱུལ་  
 བཅས་མངལ་ཁ་ཞུས་པར་དགེས་ཚོར་ཆེན་པོ་དང་བཅས་  
 བྱས་གྱི་འདུལ་འཛིན་འགའ་ཞིག་གི་ཕྱག་སྒྲུལ་ལྟར་  
 སྐབས་སྒྲུལ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐྱ་བྲེག་ལྷས་བསྐྱར་སྐབས་  
 དེའི་མིང་སྒྲོ་བཟང་རྩྱལ་བྱིམས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་དང་། མཁན་  
 ཐེབ་འོག་ཏ། འཕར་དེམ། འགན་སྐྱར་སོགས་གསེལ་རས་  
 ལྷལ། སྐབས་དེར་ལེགས་ཚོགས་གྱི་ཆ་འགས་སུ་བགྲང་  
 རུང་བ་ཅུ་མ་ནི་འགའ་མི་དགའ་བ་ཞིག་ཡོད་དར་བ། གོང་  
 མ་ངག་དབང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོས་སྐྱ་ཆོ་རྒྱལ་པོར་བཞེས་  
 གྲུམས་གཏན་སྤངས་གྱི་བག་ཆགས་རེད་ཅེས་བཟླ་  
 མཁན་བྱང་འདུག་མོད། བྱིས་ནར་སོན་སྐབས་འག་དམར་



ཡོད་ཆོ་འཛོད་རྫོད་གྱི་ལོང་མེད་མཚན་ཕྱིད་ཡར་ལངས་  
 མོ་འདྲད་བྱ་འདོད་བག་ཆགས་དེ་མ་འཕར་སྤྱད་གི་ཕྱོགས་  
 སུ་སང་པ་འདི་ཡི་ཆོད་མ་ཐིགས་པར་སྤྱད་། དེ་ལས་  
 གཞན་རང་ལོ་བརྒྱད་ལོན་སྒྲོར་བར་གྱི་མཛོད་འཕྲིན་ནམ་  
 ཐར་དྲག་འཁོས་བ་ཉལ་ག་ལང་ལྷི་འདོར་གསུམ། གཅིག་  
 དུའི་ཐལ་ཕྱིད་། ཡལ་ཆེར་སྤྱན་སྤྱད་ཆེན་པོས་དུ་བ་ཉིད་  
 བཅས་ལས་དྲན་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ལོ་རྒྱས་དགོད་བྱས་  
 མེད་ས་པའི་སྒྲུབས། རིང་མིན་དགེ་རྒན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དེ་  
 གནས་བསྒྲོར་ལ་བྱོན་སེང་པའི་ལོ་རྒྱས་ཆ་འགས་གྱིས་  
 བུངས་བསྐྱེད་པར་འདོད་དོ། །དེ་ནས་རིང་མིན་དགེ་རྒན་  
 བཀའ་དྲིན་ཅན་ངག་དབང་བསེད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་དེ་  
 ཉིད་ནས། ཁོང་གིས་རིག་བདག་ངག་དབང་དམ་ཆོས་རྒྱ་  
 མཚོས་བླ་བྱང་གཅིག་དུ་མཉམ་འགྲོགས་སྦྱོན་མཐོང་



སེགས་ཀྱི་སྒྲིག་བཤམས་དང་གནས་བྱེན་ཅན་ནམས་སུ་  
 མཆོད་འབྲུལ་ཕྱག་བསྐྱོར་ཆོགས་གསེག་གི་ཕྱིར་གནས་  
 བསྐྱོར་ལ་བསྐྱོད་ཆུ་ཡིན་ཚུལ་སུས་གུང་བཤམས་མ་ཐེབས་  
 འོང་། དེ་ཁྱོད་རང་ལ་དུས་དེར་ཏྲེལ་བཟུ་སྒྲོར་མཆིས་  
 བཞིན་པར་ཞབས་ཐང་ཁྱར་སྒྲ་སྒྲ་མཁར་བསྐྱམས། འགོ་  
 དེགས་དག་སྒྲོང་བུ་མགོན། ལྷག་ར་ག་ཤིས་པ་ཆེ་རིང་རྩོ་  
 རྩ། འཤམ་དོན་གྲུབ་དབང་ཆུལ་སེགས་དང་ལྷན་ཅིག་  
 ཨར་ཅེ་པལ་པའི་ཆས་སུ་ཞུགས། ལྷོ་རྫོང་བར་གཞུང་  
 ལམ་དང་། དེ་ནས་སྒྲོ་ཁོང་ཁྱལ་བཟུད་ཁོང་པོ་འབྲུལ་  
 དགོན་དུ་ང་པོ་ཆོང་དང་ཅུ་རར་ཆོས་མཛོད་ནས་སྒྱུན་  
 བདག་ཞུས་ཏེ། སེར་སྒྲུ་མང་པོར་ཆུལ་བའི་བཀའ་འབྱུང་  
 དེ་ཅིག་གི་ལྷགས་ལྟར་སྐྱུལ། དགོན་པ་དང་སྒྱུན་བདག་  
 ནམས་ནས་ཏྲེལ་ཇི་དགོས་གཡར་གཏོང་ཆོག་པས་



ཞབས་ཐང་འོ་བརྒྱལ་མི་དགོས་ཚུལ་ནན་ཏན་ཞུས་གྲང་མ་  
 གསན་སྒྲར་བཞིན་ཞབས་ཐང་གིས་ཀོང་གནས་ནམས་  
 དང་། ཅུ་རི་ཅེ་བསྟོར། ཡར་ལྷུང་ཏེན་གསུམ་གནས་གསུམ་  
 སོགས་མཁུན་བཅུ་གོང་མའི་གནས་ཡིག་གཞིར་བཟུང་  
 དགོན་པ་དང་། གནས་ཏེན་ནམས་སུ་ཞལ་མཇལ་ཡང་  
 དེན་མཐའ་དམག་མི་ཡོང་བ་སོགས་སྒྲི་སྒྲོས་བསྟན་འགྲོར་  
 སྟན་པའི་ཐུགས་སྟོན་བཟང་པོས་མཆོམས་སྒྲུར་སྟན་དར།  
 ཆོགས་འཁོར་སོགས་ཅི་འགྲོར་བའི་མཆོད་སྟོན་གྱིས་  
 བསྟོན་བཀུར་འབྲེལ་འཇོག་མཛོད་མཐར་འཇམ་གྱིས་རྒྱལ་  
 མཆོག་ལྟ་བུ་འབྱུངས་ཡུལ་འཕྱོང་རྒྱས་ཇོང་གི་ཕྱོགས་སུ་  
 ཕྱོན་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་ཆེ་འཕྱོང་རྒྱས་ཇོང་དུ་སྟོན་པོད་ས་  
 གནས་སྟོན་གཞུང་གི་ཇོང་དཔོན་.....ཞེས་པ་འགོན་ཏུ་  
 གདུག་ཚུབ་གཟུ་ལུམ་ཅན། དེགས་པ་དང་མི་དེགས་པ་



ནམ་པར་དཔྱད་པའི་སྒྲེ་གྲེས་ཀྱི་མིག་ནམ་པར་སྒྲེངས་  
 བཞིན་མི་དམངས་བཙོར་གཞོན་གྱི་ལས་དང་དབྱ་གཞིན་  
 འདྲུལ་སྒྲེང་ལ་ཆེས་བྲིན་པ། བརྟག་དཔྱད་བྱ་ཡོང་མེད་  
 པར་རང་འདོད་བྱུང་རྒྱལ་དུ་སྒྲེང་པའི་ཞལ་ལྷེ་མཁན།  
 ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བཙུགས་བཟང་པོའི་སྒྲོབ་སྒྲོན་ལྷགས་རྒྱ་  
 དང་བྲལ་བའི་སྒྲང་ཆེན་སྒྲོན་པ་ཞིག་ཁྱལ་དེར་དྲིགས་  
 པས་འབྱོར་བའི་སྐབས་དང་། དེ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་  
 སར་སྒྲོབ་དཔོན་ཅེ་རེ་ཙ་ནའི་སྐབ་ལྷག་བྲིན་རྒྱབས་ཅན་  
 བཞུགས་པ། པ་གོར་དགོན་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཡང་།  
 ཡོན་གྱི་བདག་པོ་གོང་གསལ་དང་གཞིས་སུ་མ་གྱུར་པ།  
 ནགས་ཁྲོད་ཀྱི་གཅན་གཟན་གཏུམ་པོ་ལྷར་ལྷས་རི་ཁྲོད་  
 དཔོན་པར་གནས་ཀྱང་ཁྲོ་འབྱུག་གི་ངར་མ་ཆགས་འཁོར་།  
 ལྷགས་བཟླས་ཀྱང་སེམས་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་



རྒྱལ་པོ་ཆོས་ལུགས་པར་འཛིན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཆུ་མཚོར་  
 གནས་པའི་དེ་ལྟ་ལྟར་སྤྲོ་མཐུན་གསུམ་ཅན། བོད་གཞུང་གི་  
 དེ་གསུམ་ཅན་ཆོ་སྒྲུབ་པར་ཁས་འཛིན་བ་བརྟུང་མའི་བླ་མ་  
 མཚམས་པ་གཞུང་པའི་ཞིག་གྱི་གནས་སོ། །དག་ཅན་དམ་  
 པ་གྲོགས་ཨུར་ཅེ་འགའ་ཞིག་དང་བཅས་བེ་རེའི་སྒྲུབ་  
 རྒྱལ་ཏུ་གནས་མཇུག་ལ་འབྱེན་པར་བཅུ་མས་པ་ན་  
 མཚམས་པ་མི་སྤྲོ་པ་དེའི་གཡོག་ལའོར་ནས། འདིར་སྒྲུ་  
 ཞབས་གཞུང་ས་ཆེན་པའི་སྒྲུ་ཆེའི་ཆོ་སྒྲུབ་པའི་བཞུགས་  
 གནས་ཀྱི་ཉེ་འཁོར་དུ་གྱུར་པ་སྤྲོ་མའི་གཞུང་དོ། ། ལན་  
 གསེལ་པ། དེད་ཅག་བ་ལྟལ་ལམ་རིང་པོ་ནས་སྤྲོ་དཀར་  
 པོ་ཚད་བཅུ་གསུམ། ས་ནག་པོ་འདོམ་འཇུག། ཚ་གྲང་བཞེས་  
 སྒྲོམ་ལ་ཐུར་ཆུ་འཕྲང་དཀར་ཆོགས་ལ་མ་ལྟོས་པར་རྒྱལ་  
 ཁམས་ཉལ་བ་ནི་དོན་གྱི་ནམ་གྲངས་གཞན་མེད་གྱི་



ཕྱོགས་བྲལ་གནས་ཏེན་བྱེན་ཅན་ནམས་མཇལ་བའི་སྒྲོང་  
 ཏུ་ཡིན་ན་སྒྲོབ་དཔེན་བེ་རེ་ཙ་ན་ནི་ནངས་གྱེ་དུས་བོད་  
 རྒྱུངས་སྤུ་དམ་པའི་ཆེས་བསྐྱར་བའི་ལེ་ཙཱ་བ་ནམས་གྱེ་  
 མཆོག་སྟེ། ལེ་ཆེན་གློ་ལྡན་འཤམ་རབ་ལྟ་བུས་གྱུང་། བེ་རེ་  
 ཙ་ན་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ། སྒྲ་ཙོག་ནམ་གཉིས་ནི་  
 རྒྱ་རྒྱུང་གཅིག་སྟེ། དེན་ཆེན་བཟང་པོ་ཐོ་རེངས་སྒྲར་ཆེན་  
 ཙམ། ཁོ་བོ་ཡང་ནི་སྒྲིན་ལྟུ་མེ་བྱེར་ལྟ། ཞེས་གསུངས་  
 ལྟག་པ་དང་། བོད་འདི་གྲུ་པ་རྒྱུང་བའི་སྤུ་འཤམ་སང་མེ་  
 བདུན་གྱེ་ནང་ཆོན་གཙོ་ཆེ་བ་ཞིག་ན་དེའི་ཡོངས་སྤུ་  
 གྲགས་པའི་སྐྱབ་ཕུག་བྱེན་ཅན་འདི་ལྟ་བུའི་འགམ་དུ་  
 སྒྲོབས་བཞིན་ནང་ཏེན་མཇལ་རྒྱ་མ་རྟེན་ན་ནོར་བུའི་གྲོང་  
 ནས་ལག་སྟོང་དུ་ལྷོག་པ་དང་ལྟ་བུས་ཅིས་གྱུང་ཆེས་  
 མཇལ་གཏོང་རོགས་མཛད་དུ་གསོལ། ལན་གསུམ་



མཐར་མི་སྐྱོན་པ་ན་མས་ན་རེ། སྤང་མགོ་བྱིད་ཅག་བྱིམ་དུ་  
 མ་ཆགས། རང་ཡུལ་འདུག་མི་བདེ་ལྟོ་མ་བྱིད། ཉི་མ་མ་  
 ཆོད་ནས་རྒྱལ་ཁམས་འབྱམ་ཉལ་བྱིད་པར་དགོ་མཆོན་ཅི་  
 ཞིག་ཡོད། གནས་འདི་སྤྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་རྒྱལ་བ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱེན་པའི་སྐྱ་ཆོའི་ཆོ་སྐྱབ་བོད་ཁམས་སྤྱིའི་བདེ་དོན་  
 བསྐྱེན་མཆོམས་བཅད་རྒྱ་གནད་པའི་ཞལ་འཛིན་ཡིན་པས་  
 ཅིས་རྒྱང་གཏོང་དགོས་ན་མི་རེས་ཀྱི་མ་དགར་བཅུ་རེ་  
 འབྲུལ་དགོས་སོ། དེའི་ཆོ་ཀྱི་མ་དགར་བཅུ་ནི་འབྲུ་ཁལ་  
 གསུམ་ལྷག་གི་རིན་ཐང་གཞི་མཚུངས་པར་སོང་བས་  
 ལན་གསེལ་པ། བྱིད་བྱི་སྤྱ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེན་དོན་གཞུང་  
 སའི་ཞབས་བརྟན་ལ་འབད་པ་འཁོར་ཏུ་གས་བཀུར་ཡི་  
 རངས་ཞུ་དགོས་པའི་གནས་ལགས་མོད། དེད་ཅག་  
 གནས་བསྐྱོར་ལ་རྒྱ་བའང་ཁ་མ་སོས། ཆོ་མ་བྱིད་པ་རང་



མིན་པར་སྒྲེར་སེ་སེའི་ཚོགས་བསགས་སྒྲིབ་སྦྱངས་གྱི་  
 དོན་མ་ཟད། བོད་ལྗོངས་སུ་མཐའ་མི་འབྱུང་པའི་ཉེར་འཆོ་  
 མི་ཡོང་བ་སོགས་རྒྱལ་ཁབ་ས་བདེ་བའི་གསེལ་སྒྲོན་  
 བཟུང་པ་ལགས་པས་གནས་མཇུག་གཏོང་དུ་གསེལ།  
 མཇུག་ཉེན་པོན་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་ནི་ཡུལ་རྒྱ་མི་རྒྱུད་དོ། །དེ་  
 དག་ན་རེ། བཟུང་མ་འགྱིལ་པའི་སྦྱང་འབྱུང་ཁྱེད་ཅག་གིས་  
 བོད་ཁབ་ས་བདེ་དོན་སྒྲུབ་རྒྱུ་པར་བཞག་གནས་བསྐྱོར་ལ་  
 ཁ་བཏགས་ཏེ་ལམ་འབྱུང་དང་ཐུག་ན་ཐུབ་ཆོ་བཅེས་  
 འཕྲིག་དང་། མི་ཐུབ་ན་སྦྱང་མེ་རྒྱག་པ་ཞིག་ཡིན་མོད།  
 དེང་སང་བསྟན་པ་དགར་འཇུག་གྱི་དུས་འདིར་བོད་  
 ལྗོངས་སུ་མཐའ་མི་འབྱུང་པའི་ཉེར་འཆོ་ཡོད་ཅེས་སུས་  
 ཟེད། ལན་སྒྲུས་པ། ས་བྱི་ལོ་དཔྱིན་བོད་འབྲུག་རྒྱུད་གྱིས་  
 ལོ་༡༩༩༨་མཚམས་འཇོག་དང་། ད་ཆ་ལོ་༡༩༩༩་ལ་བཅར་



བས་ཡང་རིན་གྱིས་དཔུང་དམག་ལྷགས་པར་ཉེ་ཞེས་  
 ག་ལམ་ལོག་རྒྱན་གྱིས་བ་ལང་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེད་ནས་  
 རྒྱ་ལཱོག་བྱས་པའི་ཁུངས་སྟོན་ཅིག དེ་ལ་སྤང་མགོ་རྒྱན་  
 མ་ཏམ་ཆེན་ཆོ་ཕྱིར་རྒྱགས། ཡང་རིན་གྱི་དམག་ལྷགས་  
 ཞེས་སྤྱས་བ་ལང་ཁུངས་བཏོན་དགོས་སོ། །སྤྱས་པ། དེད་  
 ཅིག་གིས་རྒྱ་ལཱོག་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལོང་ཅིག ལྷ་མ་  
 མི་སྤྱན་པ་དེས་བྲས་པས་ཁོང་ཁྱོ་མེ་ལྟར་ལབར། བསྟོན་  
 མཚམས་ལ་གནས་པའི་འདྲ་ལེས་བརྗེད་དེ་རབ་གསལ་  
 ནས་སྟེ་ཕྱིར་ཕུངས། རྒྱུ་བས་ལོག་ཅེས་རྒྱ་ཅི་ཆེར་སྟོག་  
 གཡོག་ལཁོར་ནམས་གྱིས་རྟོ་དབྱུག་ཆར་ལྟར་ལེབས་སོ།  
 །རང་རེས་དབྱུག་པ་དང་ལག་པར་འཇུས་པ་ན། ལྷ་མ་ཆོ་  
 རྒྱུ་བ་པའི་བཞུགས་གནས་སུ་བཙན་འཚངས་ལཱོག་བཙུམ་  
 བྱ་ཅིས་མ་ཟད། ཡང་རིན་གྱི་དམག་ཡོང་བའི་གཏམ་



འཆལ་འབྲེམས་པའི་རྒྱན་ངག་ཆོ་གཅིག་ལྷགས་པ་འཛིན་  
བཟུང་དགོས་ཚུལ་འཕྱོང་རྒྱས་ཇོང་དུ་མགོགས་ཟུར་ཕེ་ཏི་  
བཟོངས། རང་རེ་ཕྱིར་འཐེན་གྱིས་ཏི་འཁོར་ཞིག་ཏུ་གྲོ་  
བཏབ་སྟེ་གནས་པ་ན། ཇོང་དཔེན་གཏུམ་ཕེ་དེས་ནང་ཟན་  
གྱིས་གཙོས་པའི་མཆོན་ཁྱེར་རྒྱགས་ཁྱེ་སུམ་ཅུ་སྟེར་བཏང་  
ནས་ཁྱིས་ཕེ་ནམས་འཕྲོག་འཁོར་བཅས་སྟང་ཅིག་ལ་ཁྱེའུ་  
ཁྲ་ཡིས་བཅུམ་པ་ལྟར་བདས་ཏི་ལྷགས་གྱིས་བསྐྲམས།  
ཁྱེ་སུན་སྟེ་གཡའ་བར་བཅུག་གོ་ཏི་མ་གཞན་པ་ལ་ཁྱེད་  
ཅག་ག་ནས་ཡོང་། ཁྱིས་ཕེར་དངུལ་དང་དར་གོས་  
སོགས་ནོམ་པ་ཆེ་ཅོམ་འདུག་ན། འདི་དག་ལམ་འབྲུལ་  
གནས་ཆོང་སུ་ལས་འཕྲོག་ཅིང་སྤངས། བསང་བཟུངས་  
འཕྲོག་ལྷགས་ཇི་ལྟར་བྱས། གཞུང་གི་བླ་མ་ཆོ་སྒྲུབ་པ་  
བཞུགས་པར་བཅོན་འཆོངས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱ་ཅིས་ཆོག་



དཔེ་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན། དེང་སང་སྐྱབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་  
 དབང་པོས་བོད་ལྗོངས་ཆོས་སྤྱི་གནིས་འཛིན་བསྟན་པ་  
 བདེ་དལ་དཀར་འཇམ་ཡུགས་གཅིག་ཏུ་གནས་པ། འདི་  
 བཞིན་ལ་བྱི་མི་ཡང་རིན་གྱི་དམག་དཔུང་ལྷགས་ཞེས་  
 སྐས་ཟེར་སོགས་གྱི་དྲི་བ་བྱངས་སོ། ། ལན་གསེལ་པ།  
 དེད་ཅག་གི་པ་ཡུལ་ནི་ཁམས་པ་སྟེ་དབུས་གཙང་དྲགས་  
 གོང་ཁུལ་གྱི་གནས་ཏེན་ནམས་མཇལ་བའི་སྤྱད་དུ་རྒྱུ་། །  
 བྱིས་པོར་ཅ་དངོས་ཕྱན་བྱ་མཆིས་པ་ནི་གནས་ཏེན་ནམས་  
 སུ་མཆོད་འབུལ་བའི་བའི་དམིགས་སྒྲེར་པ་ཡུལ་ནས་  
 འབྱེར་ཡོང་བ་སྒྲེར་ནས་ཡོད་ཁར་གོང་པོ་འབྱུལ་དགོན་  
 པ་སོགས་སྤྱིན་བདག་ནམས་ནས་བྱིན་བྱུང་བ་ལས།  
 འཕྲོག་བཅོམ་བའི་པ་གཏན་ནས་མིན། ཡོ་གྲངས་བྱིས་  
 པས་ཡང་རིན་གྱི་དམག་ཡོང་བར་ཉེ་ཞེས་གཤམ་འོག་



ཟར་ཟིར་བ་འད་རྒྱ་འདྲག་གྲང་མི་འདིས་བ་འད་ཞུ་རྒྱ་  
 རྟེན་གྱི་མི་འདྲག་སྒྲ་མ་མཚམས་པར་ཞུ་མེད་དང་། བྲིམས་  
 དབྱུག་ལ་འདྲས་པ་སོགས་མི་རིགས་པའི་ལས་ཐུན་བྱ་  
 ཐལ་བ་ནོངས་པར་འཤེས་གྱིས་བ་འགས་འཤིང་སྒྲེམ་ན་  
 བཟེད་པར་མཛད་དེ་ཉམ་ཐག་ཨར་ཅི་གནས་བསྐྱེད་བ་  
 རང་གནས་ཅི་བདེར་གཏོང་བྱབ་སྒྱུ་མཁྱེན་སྒྱུ་མཁྱེན།  
 གསོང་པོར་སྒྱུ་བའི་ཆོག་སྒྲུང་ཅི་དང་འདྲ་བས་སྒྱུན་པོ་པག་  
 གདོང་ཅན་དེ་དག་ཆོམ་པར་མ་གྱུར་ཏེ། བྱིད་ཅག་ཁམས་  
 པའི་སྒྲུང་འབྲམས་ཇག་རྒྱན་ཡིན་པ་ནི་འཤེས་སོ། ཁོང་པོ་  
 འབྲུ་ལ་དགོན་པས་སྒྲ་མ་དྲག་གས་འཤིག་བསྐྱེན་བཀྱར་  
 གང་བྱས་ལས་བྱིད་ཅག་ལྟ་བུའི་སྒྲུང་འབྲམས་བསྐྱེན་  
 དགོས་པའི་གནས་ག་ལ་ཡོད། བྲིས་པོ་ནས་ཐོན་པའི་ཅ་  
 དངོས་འདི་དག་ངས་པར་རྒྱ་འཕྲོག་བྱས་པའི་ཇོས་སུ་



འདུག་ན་ངེས་ལེན་ཞུས་ཤིག་གལ་ཏེ་མི་བཤམ་ན་ལྷག་  
 གིས་ལན་སྟོང་དུ་བྲབས་ཏེ་གསེད་དོ། ཡང་ནས་ཡང་དུ་  
 དྲིས་ཀྱང་ངེས་ལེན་བྱ་བྲབས་བྲལ་བའི་མཐར་འོ་འཁོར་  
 ནམས་ལ་ཉིན་གསུམ་རིང་ཚ་འདྲིའི་ཏེ་ལྷག་༡༥༠རེ་བཏང་  
 རྟེ། ཁོ་བོས་དྲན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་ནས་ཕྱིན་གྱི་བར་དགེ་ཆེན་  
 དམ་པའི་འཕོང་དང་བརྒྱ་ཡི་ངེས་སུ་ལག་དར་ཅམ་གྱི་  
 ཆེན་པ་ནག་པོ་བྲིག་པར་ཆགས་པས་ལོ་ལྟར་འཛིབ་རུས་  
 བྲག་འཕེན་དགོས་པ་ཀྱན་གསལ་དུ་ཡོད་དོ། །བསྐྱེད་པས་  
 བཅད་བདར་བས་ཇི་ཅམ་དཔྱད་ཀྱང་གསེར་སྒྱུངས་གྱི་  
 ཁམས་ལྟར་རང་བཞིན་འགྱུར་དུ་མ་འདོད་པའི་དུས་  
 སྐབས་ཤིག་ན་ཇོང་དཔོན་མ་རུངས་པ་དེས། འབྲི་ཤིས་  
 ན་བྱོད་རང་གི་གནས་ཚུལ་མཐའ་དག་ཡི་གེར་བཏབ་པའི་  
 ཞུ་བ་བྲིས་ཤིག་དེས་བཏུན་ཅིང་འགྱུར་བ་མེད་ལ་གཡོ་སྒྱུ་



དང་བྲལ་བའི་རང་ཉིད་གྱི་གནས་ཚུལ་དངོས་དོན་མདོར་  
 བསྐྱས་ཆོག་སྟེ་སྟན་འཛེབས་ཡི་གེའི་རིས་སུ་བཏབ་སྟེ་  
 སྤང་བ་ན། མ་རུངས་པ་དེས་འདི་སྟམ་དུ་སེམས་པར་གྱུར་  
 ཏེ། ཨེ་མ་བདག་གིས་ནི་མ་བཏག་པའི་ལས་ཚབས་པེ་ཆེ་  
 ཞིག་བགྱིས་ཏེ། འདི་ནི་ཁམས་ཕྱོགས་བྲག་གཡབ་པའི་སྒྲ་  
 ཆེན་ཞིག་དང་། དེའང་ཆོས་སྤྱིད་རིག་གནས་གང་ཅིར་  
 མཁྱེན་སྟོབས་ཐོགས་པ་མེད་པའི་གནས་བྱིས་གཟུགས་  
 དཔོན་དག་གི་ནམ་འགྱུར་གཅིག་ཤུར་ཡང་བདག་ཅག་གི་  
 དོ་སྒྲུས་ཆ་ཅམ་མི་བཟོད་པ་འདི་ལྟར་ན་ཉེས་པ་མེད་  
 བཞིན་བྱིམས་ལ་སྐྱར་བ་ཆེས་ཐལ་ཆར་གྱུར་གྱིས་མེད་  
 དོ། །དེ་ནི་གཙན་གཟན་སྟམ་གི་ར་མ་འཇུ་བེན་ནས་བཏང་  
 ན། དེ་ཉིད་མེར་མི་རུང་བ་ཆོས་ཉིད་ལྟར། འདི་དག་རང་  
 དགར་སྟོན་ན་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་བཅར་ཏེ་གཞུང་སར་སྟན་སྟོན་



གྱོད་སྒྱུར་ཞེ་ལའོན་གཞོད་ལན་མི་བཟང་པས་ཐོ་བཅུ་མས་  
པར་འགྱུར་གྱི། མ་ལ་བདག་གིས་འདི་དག་ནས་ལམ་  
ཞུགས་འགྱུ་ལ་པ་བསང་བཅོམ་སོགས་བྱིམས་འཇོལ་སྦྱོད་  
ངན་སྒྲ་དག་བྱས་ཚུལ་ཞུ་ལོག་པུལ་ཏེ། འཕྲལ་མ་ཉིད་དུ་  
ཆུ་བོ་ཆེན་པོར་དོར་ནས་ལྷག་མེད་དུ་བྱ་བ་ཉིད་ལས་  
ཐབས་བཟང་བ་གཞན་མེད་དེ་སྒྲམ་པའི་དམ་བཅའ་སྦྱོང་  
ལ་བཞེད་པར་གྱུར་ཏེ་སྦྱོ་ཆོགས་སྦྱོང་པའི་ལམ་ལུགས་སྒྲ་  
སྒྲེ་གདུག་ཕྱི་བ་ལྷན་ནག་ལོག་སྦྱོད་ཆེན་པོར་གྱུར་པའི་ངང་  
ཚུལ་ནི་དེ་ལྟར་རོ། །དེ་གོང་ཙམ་ན་སྦྱང་པོས་ཇོ་ལའོར་  
ཆེན་པོ་བསྒྲོར་ནས་མ་ཁི་དབྱངས་སུ་གྱུར་ཏེ་ལྷོ་སྦྱོང་བར་  
བྱམས་རས་སུ་འཁོད་པ་ཞིག་ཇོང་གི་སྒྲེ་ཕྱིར་ཡོང་བ་ལ་  
བཅོམ་གཡོག་གམ། ཉེ་སྒྲོར་འབངས་མིས་བྲག་གཡལ་པ་  
རེད་ཟེར་བའི་བྲ་མ་གནས་བསྒྲོར་བ་ཞིག་བཅོམ་ཁང་དུ་



ཡོད་ཚུལ་བ་འད་དོ། ། སྒྲུབ་ས་དེ་དག་ཏུ་ལྷ་སར་བྲག་  
 གཡལ་མི་སེར་འགོ་པ་རྩེ་རྩེ་ཆོ་རིང་ཞེས་བྱ་བ། གཞུང་  
 ལམ་རྟུ་མ་རིས་ས་ཆོགས་བྱག་སྟོང་གུར་པར་བྲག་གཡལ་  
 པའི་སྤང་འབྲུམ་འགའ་ཞིག་བརྟུག། ཁང་ཞིང་ཆགས་སུ་  
 བཅུག་སྟེ་ས་ཆོགས་སྤར་གསེས་པའི་བྱ་དགར་གོང་མར་  
 སྟན་སེང་དང་བཅས་བོད་བཞུགས་ཨམ་བན་གྱིས་ཉེག་  
 དང་སྟོ་མདངས་སྟུལ། བོད་སྤྱིད་གཞུང་གིས་གུང་མཐོང་  
 ཆེན་བྱ་དགོས་ལ། དགོ་རྒན་དམ་པའི་སྟོབ་མར་གུར་པ་  
 ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མཆིས་འབྲང་གུམ་པས་རྩེས་སྒྲུབ་གྱི་  
 ཕྱིར་ཁོས་འཁོར་དང་བཅས་ཡར་སྤྱང་གནས་ཉེན་རྣམས་  
 སུ་མཆོད་འབུལ་བྱེད་སར་བསྟོད་ནས་ཁ་འབྲུག་ཏུ་འཕྱོར་  
 སྒྲུབ་ས་གོང་གསལ་སྤང་པོ་མ་ཉི་བ་དེ་དང་འཕྲད་ནས།  
 འཕྱོང་རྒྱས་རྩོད་ན་བྱོད་ཆོའི་པ་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་མ་ཞིག་བྲིམས་



གྱིས་མནར་རེ་ཞིས་བ་འད་པས། མི་འགོ་དྲི་རྒྱ་ཆེ་རིང་  
 འད་ཚེ་ལ་གྱིས་བསྐྱོད་པར་འཁོར་ཏུ་སྐྱེ་གཡའ་ལ་  
 འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྒྲིག་ཏེ་ཅན་གྱི་ལས་མ་བཅུ་མས་  
 དའི་གོང་ཙམ་འཕྱོང་རྒྱས་སུ་འབྱོར། བློ་མུན་ཕྱེ་བཅུག་སྟེ་  
 བལྟས་པར་རང་ཉིད་གྱི་གཙུག་ནོར་དེ་ཡིན་པར་འཁོས་  
 ནས་དགའ་སྐྱོ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་མཆི་མ་འཛིག་པ་དང་  
 ཆབས་ཅིག་རྒྱང་ལྷགས་ཅན་གྱི་བཙོན་པར་ཕྱག་ཡུལ་བ་ན་  
 རྫོང་དཔོན་ལཁོར་བཅས་ཏེ་ལས་ཀྱི་འབྱོར། འཕྲལ་དུ་  
 བཙོན་ལས་ཕྱུངས་ཏེ་རྫོང་གི་ཡང་ཐོག་ཏུ་གདན་དྲངས།  
 དུན་སྐུམ་ཆོགས་དའི་འཆོ་བས་བསྟེན་བཀྱར་ཏེ། ། གནས་  
 ཚུལ་འབེལ་གཏམ་ཡུན་ཐུང་དུ་ཙམ་གྱིས་ཇི་ལྟར་ཉི་མའི་  
 དགྱེལ་ལཁོར་འགར་མ་ཐག་འབྱུང་བུ་མུན་དའི་ཁུང་བུར་  
 བག་ལ་ཞ་བའི་ཆོས་ཉིད་ལྟར། རྫོང་དཔོན་རང་ཉིད་ནམ་



དཔར་མ་བརྟགས་པ་གཟུ་ལུམ་ཅན་གྱི་སྦྱོང་པའི་གཏིང་ཕྱིན་  
 དཔར་བརྟེན་པས་ཆེས་ངོ་ཚ་གནོད་འབྱོང་ཆེན་པོར་གྱུར་  
 ཅིང་། ཞུ་བ་ལགས་དངོས་འབྱུལ་མེད་མི་དམའ་བ་དང་  
 བཅས་སྦྱང་གཞིའི་མཆོམས་གཅོད་པར་འདོད་ཀྱང་། མི་  
 སེར་འགོ་པ་རྟེ་རྟེ་ཆོ་རིང་མ་རུངས་པ་དེའི་སྦྱོང་ངན་གྱིས་  
 སྦྱང་ཆེར་འབྱུག་སྟེ་ཁོང་པའི་གོ་མིང་ཁ་དབང་བཅས་ཅོད་  
 ནས་གཅོད་སེམས་དཀར་ལྗོས་སྦངས་སྦྱ་ཅོད་གཞིའི་འཕྲོ་  
 འབྲུང་མ་ཅན་དུ་བཞག་ནས་རིངས་པ་རིངས་པར་རྟེ་ཁལ་  
 གླ་སྦྱང་འཁོར་བཅས་ལྷ་ལྷན་དུ་གདན་དྲངས། དེར་རྫོང་  
 དཔོན་ངན་པའི་སྦྱོང་རྩྱལ་ཐེར་འདོན་བྲིམས་སར་སྟན་ཞུ།  
 (འདི་གས་ལ་བཀུར་ཆའི་ཆོག་མ་འོས་ཀྱང་ལུགས་རྩོད་  
 སྐབས་ཡོང་གུགས་གོ་བདེའི་ཐ་སྦྱང་སེར་བཞག་བྱས་)བྱ་  
 བར་རྩོམ་པ་ན། དགོ་ཆུན་དམ་པ་དེས་འདི་སྦྱང་དུ་ཁོ་བོ་



གནས་བསྐྱེད་ལ་ལྷག་པ་ནི་སེ་སེའི་ཚེགས་གསེག་སྒྲིབ་  
 སྒྱུང་ཅིམ་མ་ཟད། གངས་ཅན་བསྐྱེད་འགྲོལ་པན་བདེ་རྒྱ་  
 ཆེན་པོ་ཡིང་བའི་སྒྲིན་འདུན་བྱེད་པ་སྟེ། མདོར་ན་ལམ་  
 ཐག་རིང་པོར་རྒྱང་ཐང་གིས་རྒྱ་བས་དགའ་བ་སྒྲིབ་པ་ནམ་  
 དགའ་དགེ་འབྲས་འཁོག་ཡིང་ཆེད་ཡིན་ན། རྒྱུང་དཔོན་ལ་  
 བྱེད་བཅུགས་ཆེ་དབྱ་བྱེད་ཅེས་པ་རྒྱལ་རེ་པམ་དོགས་  
 ཆགས་སྒྱུང་འཁོག་ཏུ་ནོ་ངར་ཅན་གྱི་སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
 སྟབས། ཁོ་བོས་གནས་བསྐྱེད་དགའ་བ་སྒྱུང་པ་ནམས་  
 སྒྱུང་ཅིག་གིས་རྒྱུང་གཞོན་པར་གྱུར་ཏེ། སྒྱུང་འཇུག་  
 ལས། ། བསྐྱེད་པ་སྒྲིབ་ཏུ་བསགས་པ་ཡི། ། སྒྲིན་དང་བདེ་  
 ག་འཁོགས་མཆོད་ལ་སེགས། ། ལེགས་སྒྱུང་གང་ཡིན་དེ་  
 གུན་ཡང་། ། ཁོང་ཁྱོད་གཅིག་གིས་འཇོམ་པར་བྱེད། ། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། ནམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། ཁོ་བོ་སྒྲིགས་



དེར་སང་བ། མཚམས་བླ་དང་ཁ་ཕྱིད་ཐུག་པ། རྫོང་དཔོན་  
 གྱིས་མ་བརྟགས་པར་བྲིམས་བཅད་པ། བྱེད་གྱིས་བཙོན་  
 ནས་བྱས་པ་བཅས་ཚང་མ་ཆེད་དུ་མ་སྒྲིགས་བཞིན་  
 འབྲིགས་པ་འདི་སྒྲིན་ལས་ཁོ་ནར་ཟད་དེ། བདག་ཅག་  
 གིས་ནངས་སྒྲར་རྫོང་དཔོན་ལ་ཆེས་མི་འཚམས་པའི་ལས་  
 བགྱིས་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པར་གདོན་མི་ཟེའོ། རྒྱུན་ངན་པ་  
 དེ་གྲོགས་སུ་འབྱེད་བར་བྱས་ཆེ་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཚབས་ཆེན་  
 བྱང་དག་གིས་ངལ་བ་དོན་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་ཤོ། མི་  
 སེར་འགོ་པ་རྫོང་ཆེ་རིང་ན་རེ་སྒྲིས་བུ་དམ་པ་དེ་སྒྲུང་མ་  
 གསུངས་ཤིག། བཟོད་པ་བཟོད་པ་ཟེར་བའི་ཆེས་གྱེ་  
 གཏམ་དེ་ད་ལན་བཤེལ་ན་ལེགས་སོ། ཁོ་བོས་གོ་བྲིས་  
 ལྟར་ན་ངེད་ཉིན་འགས་སྒྲིབས་པ་འགོར་ན་བཟོད་པ་མི་  
 བཟད་པ་ངེས་པར་བྱ་ཕྱིས་ཡོད་སྟེ། སྒྲིག་འཕྲིག་པར་



ཕྱི་མ་པའི་དབྱ་བོར་ལན་ཞིག་མ་འཕྲོད་ན་ངེད་སྐྱེས་པར་མི་  
 རུང་ཞིང་། ་ཉི་གསེན་ཐུག་འདྲའི་བརྟམས་བཅོས་འདི་ཁྱེད་  
 གདོང་ལོང་ཚང་ནས་ལའུར་ཐུབ་རུང་། ཉིད་བྲག་གཡལ་  
 པ་མ་ཟད། བྲག་རྩེ་གོང་མའི་གཙུང་དུ་གྱུར་པའི་ཆ་ནས་  
 བསམ་ན། ཁོ་བོ་དབུས་གཙང་དྲགས་ལོང་ཁྱུལ་བྲག་  
 གཡལ་པའི་མི་སེར་རྣམས་ལ་རྟོག་ཞིབ་འཆོ་སྦྱང་བྱེད་པོ་  
 མགོ་བྱར་མིང་བསྟོས་བྱས་པ་ཞིག་ནས་དེ་ལམ་འཛིག་  
 ཐེབས་ཐུང་བྱལ་གདུག་པ་ཅན་དེ་གོ་གནས་ཁ་དབང་དང་  
 བྱལ་བའི་སྟོབས་འབྲགས་འདྲེང་ངེས་ཡིད་པས་སྦྱང་ལ་  
 མིག་ལྟོས་ལ་ཕན་པ་ཞིག་བྱ་བའི་དུས་ལ་བབས་སོ། དགོ་  
 གན་དམ་པས་རིགས་གྱི་བྱ་ཐོངས། དེ་སྦྱང་མ་ཟེར་ཅིག་  
 རྫོང་དཔོན་གྱིས་བདག་ཉེས་མེད་དུ་བཀུམས་པར་བཙུམས་  
 པ་མི་རིགས་པའི་ལས་ཡིན་པ་མ་སྟོས་གུང་། དེ་དག་མ་



རིག་པའི་ཕྱི་བ་ཅན་དུག་གསུམ་ཟེར་བའི་དབྱ་བོ་དང་སྒྲིན་  
 ལས་གྱིས་ཟད་པར་ཟད་ལ། རང་གཞན་ཡུང་སྦྱར་གྱི་བྱེད་  
 གཏེ་དུག་གསུམ་ལ་དབྱ་བོར་འཁེས་ནས་མགོ་བོ་འབྱར་  
 འཛམས་སུ་གཏོང་དགོས་པ་ལས། དེས་དབང་མེད་དུ་  
 བསྐྱལ་བའི་རྫོང་དཔོན་ལ་འཁོན་འཛིན་མི་རིགས་ཏེ། རྫོང་  
 དཔོན་གྱིས་ཟད་པའི་དབྱུག་པར་ཁྲོ་མི་རིགས་པ་བཞིན་ནོ།  
 ནམ་པ་གཅིག་ཏུ་ན། རང་འའི་རྒྱུད་གྱི་ཁྲོ་བ་བཅོམ་མ་ཐུབ་  
 ན་གྱི་རེལ་གྱི་སྒྲུང་དབྱ་གཅིག་བཅོམ་ཡང་གཉིས་འཕེལ་  
 ལ། ཁྲོ་བ་བཅོམ་ན་སྒྲུང་དབྱ་མ་ལྷས་ཐུལ་བ་ཡིན་ཏེ། འོ་  
 བས་ས་ཐམས་ཅད་གཡོགས་ཚུམ་དང་ལྷམ་མཐིལ་  
 གཡོགས་བཞིན་ནོ། །བྲག་གཡལ་པའི་མི་རིགས་ལ་  
 འཕྲལ་ཡུན་དུ་དགོ་བའི་འཆོ་སྦྱང་ལེགས་པར་མཛོད་ཅིག་  
 དང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་། བྱེད་གྱིས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྒྲིག་



བསྐྱབས་པའི་བྱས་ཇེས་འདི་རྒྱབས་འགྲུ་ཆེ་ན། དེ་ལས་  
 གཞན་ཡུལ་མི་བྱང་ཚྲི་ཚུལ་གྱིས་བདེན་རྒྱབ་མ་བྱས་  
 དར་དོགས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲིན་དུ་མི་འབྱུང་བ་དེད་  
 རང་ཡུལ་སྐྱབས་འཕུལ་བྲག་སྒྲིའི་མི་སྤྱར་བདས་པར་ཅི་  
 ཉེ་མི་གསེལ། དེས་ད་དུང་ལའོན་ལན་སྒྲན་དགོས་པ་ཅུ་  
 ཚུགས་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་ན་མཐར་འདི་སྒྲད་ཅེས། སྒྲོང་བ་  
 མེད་ན་སྒྲིན་པ་མི་ཡོང་བ་བཞིན། གཞོད་བྱེད་མེད་ན་བཟོད་  
 པ་མི་འབྱུང་བས་ཇོང་དཔོན་ལ་བཟོད་པ་བསྒྲེལ་བྱུབ་ན་  
 བདག་གི་སྒྲོན་བསགས་གྱི་སྒྲིག་པ་འབྱུང་བར་འབྱུང་བས་  
 ལེགས་པར་བཏགས་ན་ཇོང་དཔོན་དེས་བདག་ལ་ཡན་  
 ཆེན་པོ་བཏགས་པར་ཟད། ཉིད་གྱིས་དེད་ཅག་གི་སྒྲིག་  
 བསྐྱབས་པས་ཆོ་འདིར་ཡན་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་གནང་བ་ཡིན་  
 མོད། དེད་གཉིས་གྱི་བར་ལའོན་ཅོད་དག་གོད་གྱིས་སྒྲིག་



གསེག་ཏུ་བཅུག་ན་ཆེ་རབས་གཏན་དུ་གནོད་པ་བསྐྱུལ་  
 བས་ཇོང་དཔེན་ལས་གྱང་ལོད་པའི་དབྱ་བེ་ཡིན། དེས་ན་  
 ཉིད་གྱིས་ཇོང་དཔེན་ལ་གྱོད་འཇུགས་པའི་ལས་འདི་  
 བ་ཤོལ་ན་ནི་ལེགས། གལ་ཏེ་མི་བ་ཤོལ་ན་བདག་ལ་  
 ཆོས་གྱི་དམ་ཆོག་ཉམས་པ་ཡིན་ཁར། སྒྲོད་གཏམ་འདྲི་  
 བར་མི་བྱུ་། གེབས་པར་སྒྲ་བར་མི་བྱུ་། དེ་སྒྲོད་ཅེས་  
 གསུངས་པས་མི་སེར་འགོ་པ་དྲེ་ཇོ་ཆེ་རིང་བཞིན་སྒྲོད་  
 ཡུལ་ཡུལ་པོར་གྱུར་ཏེ་ཅང་མི་སྒྲུ་། ཉིན་འགས་ཁྲོ་བའི་  
 ནམ་པ་བསྐྱན་མེད་གྱི་ཁོ་པ་ཡང་ནམ་དུའོད་ཅུང་ཟད་དང་  
 ལྡན་པ་ཉིད་དུ་སྒྲོད་བས་ཐ་མར་བྱག་དང་བཅས། སྒྲོབ་  
 དཔེན་ནམ་འདྲན་ཆེན་པོ་ཁྲོད་གྱིས་ངེ་སྒྲོད་བཀའ་སྐུལ་བ་  
 ནམས་ནི་ཆོས་གྱི་ལྷགས་སྒོལ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་ཞིང་།  
 སྒྱེས་བུ་དམ་པ་ནམས་གྱི་མཛོད་བཟང་མཆོག་ཏུ་རྗེས་སུ་



ཡི་རང་པའི་གནས་ལགས་སོ། །ལྷས་བྱིན་གྱིས་ནམ་གུན་  
 གནོད་འཆོ་ལོག་སྐྱབ་ལ་བཙོན་ཡང་བྱིར་ཞིང་སྤུལ་སྐྱ་  
 གཙན་འཛིན་དང་མཚུངས་པར་གཟིགས་པ་སྟོན་པ་བྱགས་  
 རྩེ་ཅན་དེའི་རྩེས་འཇུག་ཏུ་ལྷོམ་པ་དེང་དུས་གྱི་ཆོས་  
 གཟུགས་ཅན་འགའ་ཞིག་བྱིང་ལྷ་བྱའི་དབྱ་བོར་བཟོད་  
 སྟོམ་ལྷ་ཅི་ཁབ་སྐྱད་བྱིར་ན་མཐུ་ཇས་གསོག་ཅིང་། མིག་  
 ལོག་བལྟས་ན་ཆོག་མཚོན་འདེབས་པ་དེ་དག་གྱི་རྟུང་ཅིར་  
 རུང་། དེ་དག་གིས་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་བྱིང་ལྷ་བྱའི་མཛོད་  
 བཟང་ལ་དཔེ་སྤངས། རང་གི་བསམ་སྦྱོང་གདོང་རིས་རི་  
 འདྲ་ཆོས་གྱི་མེ་ལོང་དུ་བལྟས། སངས་རྒྱས་གྱིས་གང་  
 གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་ལྟག་ལེན་དུ་ཐེབས་དཀའ་ཡི་ཡོད་  
 ནའང་། མང་ཙམ་ཞིག་ཆོས་དང་བསྐྱུན་རྟོགས་གནང་ན་  
 བདག་ཅག་བྱིམ་པས་དགེ་སྦྱོང་གི་རྟགས་འཆང་བར་



དམིགས་ནས་དད་པ་བཞག་སྟེ་བསྟན་བཀུར་བབྱིད་པ་  
 རྒྱུ་མ་གཟེན། བདག་གིས་བྱང་སློབ་དཔེན་གྱི་དྲིན་ལས།  
 བཟོད་པ་དགའ་ཐུབ་དམ་པ་བཟོད་པ་ནི། ཟུང་ན་འདས་པ་  
 མཆོག་ཅེས་སངས་རྒྱས་གསུངས། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་གཞན་  
 ལ་གཞོད་པ་དང་། གཞན་ལ་འཆོ་བ་དག་སྦྱང་མ་ཡིན་ནོ།  
 ཞེས་སངས་རྒྱས་གྱིས་གསུངས་པ་ཐོས་སྟེ་དོ། བདག་  
 གིས་འདོད་དོན་ངེ་གསེལ་ལ་དང་བ་སྟོན་པ་ཨི་བན་ཆེན་  
 པོ་དང་། རང་ཚགས་ཆེན་པོ་བོད་སྤྱི་དགའ་གི་བཀའ་  
 སློན་དག་ཡོད་པས་རྫོང་དཔེན་དེའི་གོ་མིང་ཁ་དབང་གར་  
 གཏོང་ཆང་པའི་བྱེུ་ཡུག་ཡིན་ནའང་། ད་ནི་བདག་གིས་  
 སློབ་དཔེན་གང་གི་བཀའ་དོན་ཐོད་བཅུངས་ཁོ་པར་བཟོད་  
 པ་བཞེན་པར་བབྱི་ཡི། དེས་བདག་ཆོ་རིང་ནད་མེད་བདེ་  
 ལྡན་དབང་སྟོབས་ཡུན་སྙམ་ཆོགས་པར་བྱུང་ཅིག ལན་



གསུངས་པ། རིགས་གྱི་བྱ་ལེགས་སེ་དཔོན་ཆན་དམ་པ་  
 ལེགས་སེ། ཇི་སྐད་དུ་སྦྱོང་འཇུག་ལས། ཞེ་སྐད་ལྟ་བུའི་  
 སྒྲིག་པ་མེད། བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་དཀའ་ཐུབ་མེད། ཅེས་དང་།  
 དབྱ་མ་འཇུག་པ་ལས། བཟོད་པས་མངོས་འཁོར་སྦྱེ་བོ་  
 དམ་པ་ཡིས། ཡངས་དང་ལྷགས་དང་ལྷགས་མིན་དཔྱོད་  
 པ་ལ། མཁས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ཡི་འོག་ཏུ་ནི། ལྟ་མའི་སྦྱེ་  
 དང་སྒྲིག་པ་ཟད་པར་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་པས་བསེད་  
 ནམས་མཆོག་ཏུ་ཆེའོ། ལྷགས་ཆེན་པོའི་དགེ་ལྡན་དེ་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར་བླ་མེད་ཇོགས་བྱང་དུ་བསྦྱོ་  
 བར་གྱིས་འཁོག་ཅེས་སོ། གོང་དུ་དགེ་ཆན་བཀའ་དྲིན་ཅན་  
 དེའི་ཡོན་ཏན་བཟོད་པའི་སྐབས། གསེད་པར་ཕྱི་མ་པའི་  
 སྐད་དག་ལའང་ཕྱིར་ཞིང་བྱ་བ་ཞིན་དུ་བཟོ་བ། ཞེས་བཀོད་  
 པ་འདི་ལྟ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བསམས་ནས་བཟོད་དོ།



གྱི་ལོ་༡༥༥༥ལོར་ཁོ་བོ་སྤོན་བོད་ས་གནས་སྤོང་  
 གཞུང་ངན་པའི་རྒྱགས་བྱི་མཁན་ཆུང་མིང་ཁུར་ལྷོ་ཨྲོང་  
 ཁུལ་ས་ཞིབ་ཏུ་བསྐྱོད་སྐབས། ལས་བྱ་འཕྲོད་རྒྱས་ཕྱོགས་  
 གྱི་དུང་འཁོར་ལྷོག་གྲོང་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་བཟོད་  
 གསལ། འཕྲོད་རྒྱས་ཨྲོང་གི་བཙོན་ཁང་དུ་བཅུག་པའི་  
 བཙོན་པ་ཕལ་ཆེར་ནམ་ཁུན་བྲོས་བྱོལ་འཁོར་གྱི་ཡོད་པ།  
 སྤྱ་མོ་ཁམས་པའི་བླ་མ་ཙུ་ཆེན་ཞིག་བཙོན་དུ་བཅུག་པ་  
 དེས་སྤོན་ལམ་བཟབ་པའི་དབང་གིས་རེད་ཟེར་རྒྱུ་ཡོད།  
 བཟོད་པ་ལོ་ཆོགས་ལ་དཔུད་སྐབས་གོང་དང་འགྲིགས་  
 པ་དེའང་ངོ་མཆར་གྱི་གནས་སུ་སྤྱང་། གྲགས་དཀར་གྱི་དྲི་  
 བསྐྱང་མངར་པའི་ཕྱོགས་སུ་འབྲལ་བས་ཆེ་རྒྱུ་གཙུག་ཏོར་  
 བུང་བས་ཞབས་གྱི་པརྟོར་བཟུང་པར་གྱུར་ཏོ། ། ཁྱོད་གྱིས་  
 གཞན་ནོར་ལ་ལྟ་འོས་མིན་ཞེས། ། ཏོག་ཞིབ་རྩུབ་སྤྱོད་ལ་



བྱིན་ཞལ་ལྷེ་མཁན། ། ཉེས་པའི་ཡུང་པོར་གྱུར་པ་རྒྱན་པོ་  
 རང་། ། ཐར་མེད་བཙུན་རར་ཚུད་ངེས་མ་ཤེས་ནོངས། །  
 འཇོར་པ་ནག་པོས་ཁབས་པའི་བཞིན་འཆང་བས། །  
 གཞན་གདོང་དྲི་མ་ཕྱ་མོར་འཕྱ་ཕྱོམ་པ། ། འདི་དག་སྒྲི་རྩོང་  
 ལམ་ལུགས་མངོ་ནད་གྱིས། ། མནར་བར་གྱུར་པའི་འབྲུལ་  
 སེམས་སྒྲུང་རྩྱལ་ཡིན། ། རང་པའི་བསྟན་ལ་ཞུགས་པའི་  
 དག་སྒྲིང་དུ། ། བྱེད་ན་བྱེད་ཆོས་བཞི་ཡིས་འབྱོར་དགོས་  
 རང་། ། གཞན་ལ་གཞོན་འཆོ་དག་སྒྲིང་མ་ཡིན་ནེས། །  
 བཀའ་ཡི་རྒྱས་དཔྱད་སྤྱོད་པ་གསུམ་དུ་བཞིང། ། བཟོད་  
 པའི་གོ་ཆ་ལྷ་ཅི་ངོ་ཁྲིལ་གྱི། ། གོས་བྲལ་ལྷ་སྒྲུངས་ཕྱན་  
 བུའི་བསེལ་རྒྱུང་ཡང་། ། རྩོང་ལ་ཟུག་པའི་སྒྲིན་མེ་བདག་  
 ལྷ་བུའི། ། དཀའ་བྲུབ་རྩྱལ་ཡི་ལྷ་བ་ལས་གྱུང་སྟེ། ། གཞན་  
 གཞོན་གཞིར་བཅས་སྟེག་སྒྲི་ལེགས་པར་བཞན། ། རྣམ་



གསུམ་བཟེད་པའི་བླ་མོས་གཙང་མས་སྐྱབས། ། ཞི་དུལ་  
 ཉེར་ཞིའི་བརྟུལ་ཞུགས་ལྡན་དེ་ལས། ། མག་བྲེག་མོས་  
 དམར་ཙམ་གྱིས་དག་སྦྱང་མིན། ། བདག་སྟོག་འཕྲེག་ཕྱིམ་  
 མ་རུངས་དག་ཐོར་ཡང་། ། བཟེད་བསྟེན་ཡོངས་གྲགས་  
 རྒྱུ་གི་གོ་ལ་འདིས། ། དམ་པའི་ཉི་མ་དགྲུང་དུ་འདིགས་  
 བྱས་གྱི། ། རང་གི་དག་ཅན་གྱུར་པའི་འཁོར་ཁྲིས་མིན། །  
 དམངས་ལ་གཞོན་ན་ཁམས་གསུམ་བ་བའི་སྟོབས། །  
 འདིགས་བྱེད་འབར་བའི་སྐྱ་རུ་སྟེན་ནུས་བཞིན། ། རང་  
 སྟོག་འཕྲེག་ཕྱིམ་དག་ཐོའི་ཕྱ་སྐར་དེ། ། ཇི་མི་སྟམ་དུ་  
 འདོར་འདི་ཅིའི་ཐ་ཆོག ། གཞོན་བྱེད་མཆོན་ཆ་འབུམ་  
 བཅའ་གྲང་། ། དམ་པའི་རང་བཞིན་མ་ཆས་པ། ། བྱེད་གྱི་  
 གོ་ཆ་སྐ་མེ་འདི། ། དོན་གྱི་དག་སྦྱང་ཆེན་པོའི་ཆས། །  
 གསོད་པར་ཕྱིམ་པའི་སྒྲང་དག་དག ། བྱིར་ཞིང་བུ་བཞིན་



རྒྱུ་ལྟུང་ལ། ། བདག་གཅེས་དབྱིས་བྱིན་རྒྱལ་རྒྱལ་ལ། །  
བྱེད་གྱི་འདུལ་སྦྱོང་རིང་ལུགས་ལགས། ། འདིས་གནོད་  
དེ་ཡི་ལན་ནི་ཞིས། ། གཞན་ཅོད་གཅོད་ལ་ཡམ་ནམས་  
བྲེལ། ། བྱེད་གྱིས་ལན་ཅུ་བདག་གཅེས་གྱི། ། ཡུང་ནན་  
ཆེན་པོའི་མགོ་བོ་བཅད། ། ལུས་ཡུངས་འདམ་བྱ་ལྟར་  
བཅོམ་ཡང་། ། ཡིད་གྱི་དགའ་བདེ་སྒྲར་བྱས་ལ། ། འདི་  
དང་དྲང་སྦྱོང་བཅོད་སྒྲ་ཡི། ། དང་ཚུལ་ཡལ་གྱིས་བསམ་  
བྱ་མིན།



## ②ནར་སེན་རང་གཞིས་སུ་སྒྲེབ་སྒྲིང་བགྱིས་ཚུལ་ནི།

དག་གན་དམ་པ་གནས་བསྐྱེད་ནས་ཕྱིར་ཕེབས་རང་  
ལོ་བརྒྱད་ལོན་འཁོར་སྐྱུལ་ལོའི་ཟླ་ཆོས་དག་བ་ཞིག་ལ་  
རིན་པོ་ཆེ་དེས་མ་ཉི་ལྷགས་འཇམ་དཔལ་དཀར་པོ་དང་།  
པ་དམ་པའི་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་སེང་། འཇམ་དཔལ་བསྐྱེད་  
སྐྱབ་གང་སྒྲོ་མའི་རྗེས་གནང་སྐྱུལ་བ་སེགས་ཉེན་ཅིང་  
འབྲེལ་པར་འབྱུང་བ་ལེགས་ཆོགས་གྱི་སྒྲོ་རྒྱ་ཆེར་དབྱེ་  
གནང་གིས་བོད་ཡིག་སྒྲེབ་བྲིད་གྱི་དབྱ་བཙམས། དེ་ཞིག་  
སྐྱུལ་འདིད་པ་དམ་པ་གང་དེའི་ཞབས་གྲས་སྟག་ར་  
ག་ཤིས་པ་ཆོ་རིང་རྟོ་རྟེ་ཞེས། ཁོང་པས་མིག་ལྷགས་  
བསྐྱུར་བརྗེས་ཟུར་བཟོངས་ཡུད་ཅམ་སྟོད་ནུས་འཇིགས་  
ཚུལ་བསྟན་པར་འཁོར་ཏུ་ཞོད་སྒྲིང་བྱེད་གྱི་ཡོད་སྐབས་རྒྱན་  
གྱི་སྐྱུལ་ལྷགས་དེས་འབྲས་བྱུང་། འབྲར་གཡེང་ཆེ་སྐབས་



ཐལ་ལྷ་ག་ཉེས་བརྒྱུང་དྲག་པོ་ཕྱིང་བ་དཔེར་ན། ཡི་གེ་ར་  
 ལ་ཡ་ཞེས་པ་ལས་ར་སྐྱ་མ་ཐོན་པར་ཉེས་བརྒྱུང་དྲག་པོ་  
 ཞིག་མཐར་ར་ཞེས་སྒྲིམ་བྱུབ་གྱི་འདུག་པ་ད་ལྟ་འང་  
 གསལ་བར་དྲན། རིང་མིན་སྐྱ་གོང་མའི་ཞབས་གས་ཁེ་  
 རྒྱུངས་དགེ་སྒྲིང་ཟེར་བ་ཁ་ཉུང་ལ་སྒྲིང་ཚུགས་པ། མཚར་  
 གཏམ་བརྗོད་པ་དང་གད་མོ་དགོད་པ་ཕལ་ཆེར་མཐོང་  
 དགའ་བས་ངམ་གནག་པ། རྒྱུ་མེད་པ་ཕལ་ནམས་ཅུང་  
 ཟད་ཞེད་སྤང་བྱ་དགོས་པ། རྒྱེག་ལེགས་པས་ཉེ་ལའོར་གྱི་  
 བུ་ཕྱག་མང་པོ་ཁོང་ཙུང་སྒྲེལ་ནས་རྒྱེག་སྒྲོབ་པ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་དགེ་ཆན་དུ་བཞག རྒྱལ་སྐྱ་དམ་པས་ཉིན་རྒྱགས་  
 བཞེས་གྱི་ཡོད་ཁར་མིག་བརྗོད་མཁན་གོང་གསལ་དང་།  
 གཡོག་ཆོ་ཆོས་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱེགས་པ་བཅས་དགེ་ཆན་  
 བཞི་སྒྲེལ་དུ་གྱུར། ད་ལྟའི་སྒྲོབ་བྱ་བ་ལྟར་འབྲི་རྒྱེག་དུས་



གཅིག་སྒྲོབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཐབས་མཁས་ཡི་ནས་མེད་པའི་  
 ཁར། སྒྲོབ་སྒྲོབ་ཐུག་ནམས་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱམ་  
 གཡེང་ཅིང་མོ་བྱ་རྒྱ། བ་མ་དང་ཡང་ཡང་ཐུག་འཕྲད།  
 བྱོམ་སྤང་བྱི་རོལ་དུ་རྒྱ་བ་སོགས་ཀྱི་ངལ་གསོ་བདེ་བའི་  
 གོ་སྒྲོབས་གྲུང་ཆེས་དགོན། སྤྱལ་སྤྱུ་དམ་པས་དོན་གཉིས་  
 བ་ལྷགས་པ་དག་ལ་བཀའ་ཆོས་དམིགས་བསལ་ཅན་  
 གནང་བ། བ་མ་སྒྲོབས་པ་སོགས་ཁ་འགས་ནས་ཉིན་གང་  
 ངམ། ཉིན་ཕྱིད་དགོངས་ཁྱེལ་ཞུ་བའི་སྒྲོབས་རེ་ཟུང་མ་  
 གཉོགས་པ་རྒྱན་དུ་ཞོགས་པ་ཉི་མ་མ་འགར་ཅམ་གོང་  
 བསྐྱངས་ཏེ་འཇམ་དཔལ་གྱི་བསྟོད་པ་གང་སྒྲོ་མ་ཆར་  
 རྟ་སྒྲོར་དང་། ཨ་ར་པ་ཅ་མང་ཅམ་འདོན་བཅུག་  
 མཆམས་འབྲུ་འདྲེད་སོགས་སྤྱངས། ཉིན་གུང་རྒྱ་ཆོད་  
 གཉིས་ཀྱི་ཆོད་ཅམ་ཞིག་ཐོ་ཡན་ཞེས་གུང་སེང་གཉོང་།



དགོང་མེ་ཡི་གེ་མཐོང་མིན་བྱུང་མཚམས་ཡུན་རིང་ཅམ་  
 ཨ་ར་པ་ཅ་བཏོན་བཅུག རྩེ་ཆོད་བཅུ་དང་བཅུ་གཉིས་དང་  
 རྩེ་དུག་གི་ཆོད་ན་བ་མ་བཟའ་རིང་ཡང་དགེ་ཅན་དང་  
 མཉམ་སྡོད་བཅས་འཁོར་ཏུ་གུ་དོག་འབྲམ་ལྷག་དང་། ན་  
 བའི་གོང་ནས་སྒྲ་ཆོམ་འཐེན་ཅིང་བཏོག་པ་ནི་འཆར་ཅན་  
 ལྟ་བུའི་སྤྲོད་། ཐལ་ལྷག་སྤྲོད་བ། སྒྲ་རགས། སྒྲེགས་ཐག་  
 གི་སྤྲོད་བ་སོགས་ཀྱི་ཕྱག་འབེབས་ཆེས་མང་། ཡུལ་བྱ་  
 དཔོན་ཆོང་སར་སྒྲེས་པ་མཁར་འགོ་གོང་མའི་གོང་མ་དེ་  
 དང་། རྩུན་མཆོད་བསོད་ནམས་དར་རྒྱས། དེ་མིན་གཞན་  
 བརྗེ་ལེན་བཅས་རྩུན་སྒྲིག་ཡིག་སྒྲོབ་པ་གསུམ་ཅམ་མཉམ་  
 པོར་ཡིག་ངོ་འཁོར། མཚམས་མི་ལའི་ནམ་མགུར་བྲིས་མ།  
 ཆོས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་རང་འབྲེལ་བྲིས་མ་དངོས་གཙང་  
 ཞིག་ཡོད་དར་བ་ནས་འབྱུ་འདོད་དང་ཆོག་ལེན། དེ་ནས་



བཀའ་ཐང་སྡེ་ལྷ་དང་འཕེལ་བྲགས་མ་སེགས་དཔེ་ཆ་  
 མང་པོར་བསྐྱེམས་འདེད་སྦྱངས། ཞར་དུ་འཇམ་དཔལ་གྱི་  
 བསྐྱོད་པ་གང་སྟོ་མ། སྦྱབས་སེམས་རྒྱས་པ་དང་སྦྱོན་  
 འདྲིན་བྱས་གསེལ། དུག་མཆོད། སྟོལ་དཀར་ཆེ་སྦྱོན་ཡིན་  
 བཞིན་འཁོར་ལེའི་སྦྱབ་ཐབས་ཉུང་བསྐྱུས། ལོ་བསྐྱོད་དང་  
 སྦྱང་མ་ཁག་གི་གཏོར་འབྲུལ་བསྐྱུས་པ་གསེར་ཞུན་མར་  
 བྲགས་པ་ནམས་སྟོལ་བཟུང་དུ་བཅུག མེ་ཏྲ་ལོར་བྲག་རྩེ་  
 སྦྱབས་མགོན་གོང་མ་སྤར་ལམ་གྱ་ས་ཆེས་ཞུགས་མཛོད་  
 ཆེན་དབྱས་ཕེབས་སྦྱབས་དགོ་ཆེན་སྦྱུལ་སྦྱ་རིན་པོ་ཆེ་དམ་  
 པ་དང་ལྷན་རྒྱན་ནི་དགོན་དུ་སྦྱ་རྩྱེང་ཕེབས་སྦྱེལ་ཞུ་བར་  
 བཅུར། མཛོས་བཅུ་བྱམས་ཁང་ཡང་ཐོག་ནས་དབྱས་  
 ཕེབས་ཆེབས་རགས་ལ་བལྟས་པའི་ལྷན་མའི་ནམ་པ་ད་  
 ལྷའང་ཡིད་ཡུལ་དུ་འཆར། རང་ལོ་བཅུ་ལོན་མེ་ལྷག་ལོར་



ཁེ་རྒྱུངས་དག་སྒྲིང་དམ་པ་དེ་དགྲུང་གྲངས་རེ་གཅིག་  
 ཐོག་ཚད་ནད་གྱིས་རྒྱན་པས་ཞི་བར་ག་ཤེགས་སེང་རྗེས་  
 དེའི་ཚབ་རྒྱུད་པ་སྒྲ་མ་སྒྲ་ཆན་བྱང་རྒྱུ་ཞུ་བ། སལ་ཆེར་སྒྲ་  
 མ་དང་ཆ་འདྲ་ཞིག་དག་ཆན་དུ་བཞག་འཕྲལ་ཡིག་སྒྲིབ་  
 གྲུབ་ཆགས་གྱིས་འདོན་པ་སྒྲོ་བཟུང་ཞེས་པའི་མིང་  
 བཏགས་རང་ཁོངས་སྒྲ་བཅར་གྲ་ཚད་གི་འདོན་ཆོག་སྤར་  
 མའི་སྒྲིང་ནས་འཇམ་དཔལ་མཚན་བརྗོད། ས་ལམ་སྒྲུབས་  
 གསུམ། མཛད་བཅུ། རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིང་པ། གདུགས་  
 དགར། འཕྲེ་སྒྲིང་། སེང་གདོང་མ། སྒྲོན་ལམ་ནམ་དགྲ།  
 འཇིགས་བྱེད་བཅུ་གསུམ་མ་དང་དཔལ་གཅིག་གི་སྒྲུབ་  
 ཐབས་སྒྲོན་འཕྲེས་དང་བཅས་པ། གཏོར་མ་བརྒྱ་ཙཱ་ཆ་  
 གསུམ་སེགས་ལྡེབ་བརྒྱ་ཕྱག་ཏུ་ལོང་པ་སྒྲོར་བཟུང་བཅུག་  
 ཐོག་ ཞར་དུ་སྒྲུལ་སྒྲུ་དམ་པས་ཡིག་བྲིས་བྱང་བསྒྲུབ། དེ་



རས་རང་ཉིད་གྱི་བྱུང་ཆག་ལྟ་བུས་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆེས་སྒྲ་  
 ཚན་བྱང་རྩུབ། གཉེར་ཆེ་བསམ་སེགས་སྒྲོ་བ་ཉེ་ཁུལ་  
 བཅས་ཁོ་བོར་ཡོན་ཏན་སྒྲོ་བ་ལྷགས་ཐང་དགོངས་འཆར་  
 འདྲ་མིན་གསུམ་དུ་བྱུང་ཏོ། །སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆེ་ནི། བསྟན་  
 འཛིན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་ཞེས་པ་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་བ་ཤད་  
 སྐྱབ་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པ་ཞིག་དགོས་པས། དེའི་ཆ་  
 རྒྱུན་གཞུང་ཆེན་མོ་དང་། དེག་གནས་གྱི་ཙྰ་ཆོག་མང་ཙམ་  
 རྒྱོ་འཛིན་བྱར་བཅུག་སྟེ། འདྲ་མི་པམ་ལྟ་བུའི་དགོ་ཚན་  
 མཁས་པ་ཞིག་ཆེད་དུ་གདན་ཞུས་སམ། དེ་མིན་ཁོང་ཉིད་  
 གྱིས་གང་ཤེས་བྲིད་པར་དེགས་སོ། །སྒྲ་ཚན་བྱང་རྩུབ་  
 གྱིས་དེ་ལ་དངོས་སུ་རྒྱུ་ཆོལ་མི་སྒྲོ་བས་བྱང་། གཞུང་དེག་  
 གནས་སྒྲོ་བ་རྒྱ་ལོ་ནར་སེན་བསྟན་དབུས་ཕྱོགས་གྲ་ས་  
 འགྲིམས་པས་འགྲིག་འགྲོ་བས། ད་ལྟ་རྒྱུད་སྟོད་པས་



ཚོགས་འདོན་བྱེད་པའི་འདོན་པ་ནམས་སྒྲོ་འཛིན་བྱ་དགོས།  
ཞེས་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་བསམ་ཞིང་སྒྲུའོ། །འདི་ནི་འཁོར་ཏུ་  
ནོར་འབྱུང་ཏེ། སྒྲུལ་སྒྲུའི་རིགས་དང་པོ་ནས་རྒྱུད་གྲ་  
འགྲིམས་པ་ཆེར་མ་དར་ཞིང་། ལྷག་པར་དེད་དེ་འདྲ་བྱེད་  
པ་མི་ཡོང་ལ། གྲ་ས་གཞན་དུ་དགོ་བ་ཤེས་མིང་བཏགས་  
བཅང་ནས་རྒྱུད་པ་ནང་ཞུགས་པ་སྤྱིད་བྱུང་དེའི་གས་གྱིས་  
ཚོགས་འདོན་གྱི་ཆོས་སྒྲིང་སྒྲ་གཅིག་སྒྲོ་འཛིན་དགོས་པའི་  
སྒྲིག་ལམ་གཏན་མི་སྒྲུང་བས་སོ། །གཉེར་ཆོ་བསམ་  
སོགས་གྱིས་ནི། གཞུང་རིག་གནས་ཟེར་རྒྱ་དེ་དག་བྱུང་ན་  
ཡོས་དགོས་བྱུང་། ལྷ་མ་ནམ་པ་བྱོང་ཆོག་དཀོར་སྒྲུད་ལ་  
འབྱོན་དགོས་པས། དེའི་ཆོ་ཉི་བར་མཁོ་བའི་དབང་རྗེས་  
གནང་། ལྷས་བཀའ་བསྒྲོ། མདོས་གཏོར་བསྒྲོག་པ་སོགས་  
གྱི་ཆོ་ག་ལྷག་ཡོན་བསྒྲུབ་སྟེ་གདུལ་བྱ་དང་བ་འདྲོན་པ་



གཙོར་འདོན་དགོས་སེཞེས་དང་། སྒྲ་ཆན་བྱང་ཚུབ་གྱིས་  
 སྒྲོབ་བཙུན་དེ་དག་གྱང་གྲོང་ཆོག་ལ་ཕན་པ་ཞིག་ཡིན་  
 ཉམ་བྱེད་དོ། །འོན་གྱང་རེ་ཞིག་འདི་སྒྲོར་རིན་པོ་ཆེ་དམ་པ་  
 དེ་སྒྲུ་དབང་བཙན་པས་གཞུང་དང་རིག་གནས་གྱི་ཙུ་བ་སྒྲ་  
 ཆོག་ས་སྒྲོར་བཟུང་བཙུག་བཞིན་གོང་སྒྲུལ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 མཆོས་མཛད་པའི་བསྟན་བཙུན་འཕེས་བྱ་ཀུན་བྱུང་ལྟེན་  
 རིང་དེ་རིང་སྤང་བདུན་རེ་ཡོད་པའི་པར་མ་ཞིག་གི་ཉིན་  
 ཉམ་སྤང་སྤང་བཞི་རེ་སྒྲོར་འཛིན་བཙུག་པ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་  
 ཟེན་ཏོ། །དུས་ཆོད་དེ་གོང་དང་མི་མཚུངས་པར་སྒྲ་ཆན་  
 བྱང་ཚུབ་དེ་ཉིད་ཏག་ཏུ་མཆོན་སྤྱད་ཡོལ་ཙམ་ནས་ལྡང་སྒྲེ་  
 རང་ཉིད་སྒྲོད་སའི་གཟེམས་སྒྲུག་བྱུན་ཁང་ཟེར་བ་ཞིག་  
 ཡོད་པར་ཕྱག་འཚལ་བ་སོགས་བྱེད་པའི་བཙུན་འགྲུས་  
 ཅན་སྟབས་དེད་གྱང་ནམ་མཁའ་ལངས་པའི་ཚུ་ཆོད་གསུམ་



ཚོད་གོང་མལ་ནས་བཙན་བསྐྱང་སྒོ་འཛིན་ཟིན་པའི་འདྲིན་  
 ང་ནམས་རེས་མེས་གྱིས་འདྲིན་བཙུག་ཅིང་། ཐོ་ཡན་ནི་  
 སྒྲར་ནས་རྒྱན་རིང་བར་འཛིན་གོ །ཟླ་ནན་བྱང་རྒྱུ་གྱིས།  
 རིང་ནས་འཁོས་བྱ་ཀུན་བྱུང་གྱི་དཔེ་ཆ་ཐོང་ཐོང་བཞི་བདེ་  
 རྒྱག་ཏུ་སྒོར་ཟིན་ཁར། མ་བཏོན་ལ་མི་མངོན་པའི་འཛིན་  
 འཁོས་གྱི་རྒྱུ་འབྱུགས་བྱང་ཟད་ལྷག་མ་ཡོད་པར་རིག་  
 ནས་སྒྲུལ་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེ་བྲག་སྒྲ་དང་། སྒྱིན་བདག་ཁག་  
 གིས་གདན་དྲངས་དགོན་ནང་མ་བཞུགས་པའི་སྐབས་  
 དང་། ལྷག་པར་སྒྲ་མའི་གནས་བསྐྱོར་བར་ཆད་དབང་  
 འཕྲོ་ཅན་དུ་ལྷས་ཞེས་སྒྲར་ཡང་དབྱས་གཙང་ཁུལ་  
 གནས་བསྐྱོར་ལ་བྱོན་འཁོར་བའི་འབྲུལ་འཆར་ཅན་འཁོས་བྱ་  
 ཀུན་བྱུང་གྱི་འཕྲོ་དང་། སྐུ་ཉགས་དང་སྒྱན་ངག་གི་ཙུ་བ།  
 དག་ཡིག་ངག་སྒྱོན་སྐགས་སྒོ་འཛིན་བྱ་རྒྱ་འོས་ཚོད་



འཛིག་པ་གནང་སང་བའི་ཁར། དག་ཅེད་གཏན་ནས་མེད་  
 པའི་གསང་བདེ་འཛིག་ས་གསུམ་གྱི་བདག་མདུན་བུམ་  
 དབང་རབ་གནས་སྒྱུན་སྒྲིག་དང་བཅས་པ། མགོན་ཆོས་  
 རྒྱལ་ལྷ་མོ་ནམ་མཁུ་གུར་ཞལ་ལྷུ་མ་སྤྱིང་བསེ་བྲབ་  
 སེག་ས་གྱི་བསྐྱང་གསེ་རྒྱས་པ་མང་པའི་དཔེ་ཆ་ལྡེབ་རིང་  
 གཉིས་རེ་འཕར་དུ་སྒྲེ་ལ་བཟུང་བཅུག་ཅིང་། མ་ཟེན་པ་  
 དང་ཆོག་ནོར། འབྲུམ་གཡེང་ཅེད་མོ་འཁོར་བ་སེག་ས་ལ་  
 ཁོང་དང་། གཡེག་ཆོ་ཆོས་ཚུན་གྱིས་སྒྲིག་ས་ཐག་དང་  
 ལྷག་གིས་བྲབ་པ་བཅས་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་སྒྲེ་སྒྲུན་ཅིག་ཁུང་  
 ཙམ་བྲ་ལ་སྤྱིང་སྤྱོན་དགོས་པ་བྱས། དེ་དག་ལས་གཞུང་  
 དང་རིག་གནས་གྱི་ཕྱོད་པ། རྒྱན་འདོན་མེད་མི་རུང་གི་འདོན་  
 ཆོས་སྤྱོད་ཁ་འགས་སྒྲེ་འཛིན་བྱས་པས་ད་ལྟོ་འང་པན་ཆ་  
 ཡོད་པ་སྤྱོས་མེད། རྗེས་སུ་བྲག་སྒྲ་དང་། རང་དགོན་དུ་



རབ་གནས་ཆེན་མོ་སེགས་གོང་ཆོག་འདྲ་འཛོགས་ཐངས་  
 ཁ་འགས་ཅམ་ལས། དེ་བྱངས་གསང་བདེའི་བདག་མདུན།  
 སྤང་མ་འཁོར་བཅས་ཀྱི་བསྐྱངས་གསེ་སེགས་སྒོ་འཛིན་  
 བྱས་པ་རྣམས་ཀྱི་དམིགས་བསལ་ཡན་འབྲས་ནི་འགའ་  
 ཡང་མ་བྱུང་ངོ་། །གཉེར་ལས་བྱེད་ཀྱིས་ལོ་ལྷར་དར་  
 མདོར་ཆོང་འབྲལ་གཏོང་གི་ཡོད་འདུག་པ་ཐངས་གཅིག་  
 ཏེ་དེལ་བརྒྱ་སྒོར་རྒྱབ་བྱངས་བཅས་ལི་ཐང་ཕྱོགས་ཀྱི་ངག་  
 པས་བཅེམ་འཁོར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཅམ་བྱུང་  
 བའང་སྐབས་འདི་འཁོར་དུ་ཡིན་པར་སྤང་ངོ་། །སྤྱལ་སྤྱ་  
 དམ་པ་གནས་བསྐྱོར་དུ་ཐེབས་པ་ཕྱིར་འབྱོར་བ་ཀུན་དེད་  
 ཀྱི་སྒོ་བ་སྒོར་གནས་ཚུལ་གཟེགས་པས། རྒྱུད་པའི་བླ་ཚན་  
 བྱང་རྒྱུ་ཀྱིས་རྒྱུད་གྲུའི་སྒྲིག་ལམ་དང་ཆོགས་འདོན་གཏི་  
 ལུག་པར་བཀའ་བྱས་པར་སྒྲིན་བརྗོད་ནན་པོ་གནང་བྱེད།



མ་ཁལ་ལས་སྟེང་འཛིན་ཕྱི་བ་དོན་མེད་གྱི་སྒྲོབ་སྦྱང་སྒྲོ་  
 བཅགས་དེ་དག་ཕྱང་ཟད་ཀྱང་དུ་ཕྱིན་རུང་། དབང་ཨ་པ་  
 ཆེའང་ཕྱི་ཁྱལ་ཨ་མའི་ལག་དཔེར་ཀུན་སྦྱོང་དོ་དམ་པལ་  
 ཆེར་གོང་མཚུངས་ལུང་། རང་ལོ་༡༥ལོན་པ་ལྷགས་བྱི་  
 སྒྲོར་ཟླ་ཆུང་ཕྱང་ཆུབ་དགོངས་ཞུས་ཨུ་ནན་གྱིས་རང་བྱིས་  
 འཁོར་ཁར་མཆོད་གནས་གྱི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་སེང་བས་སྟོན་  
 ལྟར་གྱི་སྒྲུ་ལངས་དང་ཉེས་བརྒྱད་གི་མནར་གཅོད་ཕྱང་  
 ཟད་ཡང་། སྒྲུ་ལ་སྒྲུ་དམ་པས་ཕྱི་བའི་དགོ་ཆུང་གྱི་ཐུགས་  
 འགན་གཙང་བཞེས་ཐོག འཁོར་བྱ་ཀུན་བྱུང་དང་། སྟན་  
 ལུམ་ཕྱི་བ། དག་ཡིག་སོགས་མེད་མི་རུང་གི་རིགས་སྟོན་  
 ཟེན་བསྐྱར་སྦྱངས་དང་འབྲེལ། སྒྲུ་མདོ་ཀ་ལྷ་པ་དང་།  
 དབྱངས་ཅན་སྒྲུ་མདོ་གཉིས་ཉིན་རེར་བྲེང་གཉིས་རེ་སྒྲོ་ལ་  
 འཛིན་བཅུག །དམ་པ་ཉིད་མདུན་དབང་བྲིད་ལྱང་གསུམ་



ཞུ་མི་དོན་གཉེར་ཅན་སུ་བྱུང་གི་གྲུལ་དུ་ངེད་གཙོ་བོར་  
 འཇོག་གནང་གིས་མཁུན་བཙུང་གོང་མའི་ལྷགས་བསྐྱེགས་  
 ལྷུང་ཐབས་ཀྱན་བུས་ལྷག་པའི་ལྷ་མང་པའི་རྗེས་གནང་  
 དང་། རྒྱ་རོ་མཁའ་སྐྱོད་མའི་བྱིན་རྒྱབས་ཉམས་བྲིད་ཞག་  
 བདུན་མ་དང་བཅས་པ། སྒྲིན་སྒྲིང་རྟོར་སེམས། གུ་རུ་ཞི་  
 དག་ཐུགས་ཆེན་རྒྱལ་པོ་ལྷགས། མཁུན་བཙུང་གོང་མའི་  
 དག་སྒྲིང་ཟབ་ཏིག་ཡུར་པ། ལྷེ་བཙུན་སྒྲིང་ཐིག་གི་དབང་  
 བྲིད། སྒྲིང་ཏིག་ནམ་བཞི་སེགས་དྲན་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་དང་  
 མ་གྱུར་པའི་དབང་བྲིད་ལུང་གསུམ་ནམ་མང་། རྒྱན་དུ་  
 འཆར་ཅན་བསྐྱེད་བཙུང་འཕེས་བྱ་ཀྱན་བྱབ་གྱི་འབྲེལ་པོད་  
 གསུམ་ཞིབ་བཤམ། མ་འདོད་ཁྲལ་མངོན་ཆལ་ཆལ་  
 དཔེར་བརྗོད་ཆེས་མང་འབྲི་འཇུག་དང་འབྲེལ་སི་རྟའི་  
 འབྲེལ་ཆེན་སྒྲིང་ནས་སུམ་ཏིགས་གྱི་བྲིད། དལ་ཆོག་དང་



གཞན་ཕྱི་མ་དེ་ཆག་ལྷ་གཏུགས་ཕྱི་མ་རྒྱགས་བཅས་ལྷ་པའི་  
དབྱངས་ཅན་དབྱེས་སྒྲ་དང་། ཁམས་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་  
ངག་གི་རེལ་མཆོའི་ཐོག་ནས་སྟན་ངག་གི་བྲིད། དུས་ཟིང་  
སྐབས་ས་བཟང་སྒྲ་འབྲེལ་སྟེང་ནས་ཀ་ལྷ་པའི་ས་རིས་  
དང་འབྲེལ་བའི་བ་ལ་ཉད་བྲིད། ཞར་བྱུང་སྟེབས་སྟོར། དག་  
མཐའ་བསྐྱར་དགོད་གྱི་ཕྱིས་བཅས་བསྐྱབ་བྲིད་གནང་། དེ་  
སྟོར་བྱའི་དེ་ཐེ་དཔེན་དམག་པོན་མང་བྲག་གཡབ་ཏུ་  
འཁྱེད། གདོད་ཀོང་ཕྱོགས་ཁེ་བའི་ཞང་པོ་བསེད་ནམས་  
ཡེ་འཤེས་དེ་ཉིད་སྟེང་ཕྱོགས་འཤེས་ཡོན་པེར་སྟོ་ཡངས་  
འཤིང་། མི་མང་པའི་ཁ་བསྐྱར་བའི་སྐབས། རྒྱ་ཕྱོགས་  
དཔེན་རིགས་གྱི་སྟུན་ཚུད་དགོངས་བདེན་བྲག་ཁུལ་ཁུལ་  
ཁྲིམས་བྱེད་པོ་སྟོ་རྟོན་ལྷ་བསྟོས་གྱི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སྟོ་རྟོན་  
མིང་འཁུར་ས་ཞིང་སོན་བསྟོར་དང་། དམག་པོགས་



འབྲེམས་སྤྱད་སོགས་ཀྱི་མངགས་བྱའི་ལས་འགན་ལེགས་  
 སྐྱབ་བཏེན། རང་རེས་སྒྲ་དཔེན་འཕྱོར་ཆེན་སྒྱི་མཚུངས་སྒྱུ་  
 དངུལ་སྒྲོར་མི་ཁྲི་གཅིག་སྒྲོད་དགོས་བྱུང་སེང་ལས། ཁ་  
 དབང་མི་འཁོར་སྒྱུན་ཆེ་མ་བྱུང་མགོ་བོན་ལམ་སེལ་གང་  
 ལེགས་བྱུང་། རྗེས་སེར་ཁོ་བོ་གྲུ་སར་ཡོད་དུས་ས་ཏྲ་  
 ཡོར་རྒྱ་དམག་པམ་འཕུལ་སྒྲོན་བོད་ས་གནས་སྒྲིད་  
 གཞུང་མདེ་སྒྱི་སྒྲ་མས། གཙོ་བདག་དེད་གཉིས་ལྟ་སར་  
 ཡོད་པས་ཅི་བྱ་མ་མཆིས་པར་གཞིས་གཉེར་དུ་གདོང་  
 གོང་གིས་སྒྲི་དྲིན་བཟུང་བ་སོགས་ངོ་གཉིས་བྱས་ཉེས་འབྱུ་  
 རུ་ཁལ་ལྟ་སྒྲོང་དང་ཚྭ་སྒྱབ་ལྟ་བུ་འདོན་དགོས་མ་ཟད།  
 སྤྱི་ཕྱིར་འབྱུ་འདོན་ཏྲ་ལམ་དེ་མཚུངས། ཞང་པོ་གོང་  
 གསལ་སྤྱད་ཕྱིན་མི་གསུམ་གྲལ་མགོར་སྒྲོད་མི་ཆེག་པ་  
 བཅས་ཀྱི་ཉེས་འགོལ་གདོང་གོང་སྒྲ་བྱང་ཞེས་ལུང་ཚུང་



ལ་དཔག་ལྷ་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་བཟང་དེ་འདྲེ་ཙམ་སྤྱུ་  
 རྩེ་བྲག་ཕྱག་ལྷར་ཏུ་བཅོས།      སྐབས་ཇི་བརྒྱད་པ་ཆེན་  
 དའི་ནམ་ཐར་ངོ་མཚར་ནོར་བུའི་བང་མཛོད་ཅེས་པ་ཁོ་  
 བོས་གསར་བཙུམས་ཟུར་གསལ་ནང་ལྷར་བྲག་ལྷའི་སྤྱི་  
 མཛོད་མགོན་དུང་ཁྱི་པ་སོགས་གྱིས་དང་ཐོག་མགོ་  
 བཏགས་ཞུ་བུལ་དང་། དེམ་གྱིས་སྤོན་བོད་ས་གནས་སྤྱི་  
 གཞུང་གི་ཁ་ཇིས་རྒྱགས་ཏེ། བུལ་ཡོངས་སེར་སྤྱིའི་  
 དམག་བསྐྱས་དེ་ཐོ་དང་ཕོན་དུ་དེན། ཅང་དུ་ལེ་ཡེ་སོགས་  
 གྱི་དཔུང་དམག་ལ་མི་བྱབ་བཞིན་དུ་བྲག་ལ་སྤྱི་བོས་  
 བརྒྱད་བའི་ངང་ཚྭ་ལ་བཙུམས་སྐབས། རྒྱ་བྱི་ཆབ་དགོན་  
 བུས་ཉེས་གྱི་ཇིས་ཐོག་བྲག་གཡབ་ལྷ་གཞུང་མ་བུ་དགོན་  
 གྱི་གཙུག་ལག་ཏེན་བཏེན་པར་བཅས་པ། དགོན་ལག་དང་  
 དཔོན་ཁག་མང་དའི་ཁང་པ་མེར་བསྐྱེགས་གྱིས་མཚོན་



མདོ་སྐྱོད་ཁུལ་ཚང་མ་རྒྱ་ཁོལ་བ་ལྟ་བུའི་སྐྱོད་ཚུལ་འགར་  
 ནའང་། དགོ་ཆེན་སྐྱུལ་སྐྱུ་དམ་པ་རྒྱ་ཕྱོགས་ནས་ཆེད་  
 འབོད་། ཐེངས་ཁ་འགས་བཅར་དགོས་བྱུང་སྔོན་བ་ལས།  
 ནམ་རྒྱུན་སྤྱི་དོན་གཉེར་ལས་བྱེད་ཀྱིས་གང་བཙུམས་ལ་  
 བྱས་གཏོགས་མཛོད་སྤེལ་མེད། དེ་ནི་དེ་ལས་བྱུང་། བྱིས་  
 དཔེ་གྲུལ་དུ་སྔོན་དམག་འབྱུག་བྲེལ་བེད་ཇི་ལྟར་ཆེའང་  
 སྐྱོད་གཏམ་ཉན་པ་ལྟར་ལས་འབྱུར་བབས་མེད་སྟབས་  
 གོང་སྒྲོམ་སྒྲོབ་སྒྲོང་ལུ་མཐུད་ཐོག་ བར་སྐྱབས་འཁོག་  
 འཇམ་མགོན་ལོང་སྐྱུལ་དེན་པེ་ཆེ་སྒྲོམ་གསལ་མཐུའ་ཡས་ཀྱི་  
 དངོས་སྒྲོབ་སྒྲེ་དགོ་བླ་མ་དེན་པེ་ཆེ་བཟུ་འཁོགས་ཆོས་  
 འཕེལ་མཆོག་སྐྱུལ་སྐྱུ་དམ་པས་གདོང་ལོང་དུ་ཆེད་གཉེར་  
 གདན་ཞུས་དེས་མེད་གྲུབ་མཐུའི་བཀའ་ལྟར་མང་པོ་དང་།  
 བྱུང་པར་ལོང་སྐྱུལ་དེན་པེ་ཆོས་བསྐྱེགས་གནང་བཀའ་



བརྒྱད་སྐབས་མཛོད་ཆེན་མའི་སྒྲིན་གྲོལ་རྒྱལ་ཏེན་གངས་  
 ཚོང་གསལ་མཛོད་སོང་བའི་གྲུལ་ཚུད་དང་། དཔེར་བཅོམ་  
 རྒྱགས་བཞེས་མཛོད་ཁོམ་བྱུང་མ་སོང་རུང་། འགྲེལ་བ་  
 གོང་གསལ་ལ་ཐོག་ནས་སྒྲིན་སྐྱམ་གཉིས་བྲིད་ལུང་ཙམ་གྱི་  
 སྐལ་བཟང་དགའ་སྒྲིན་ཉམས་སྲུ་ཕྱིང་། བར་སྐབས་འགའ་  
 ཞིག་ཏུ་རིན་པོ་ཆའི་བཀའ་བསྐྱལ་སྒྲོལ་དགར་གྱི་བསྒྲིན་བ་  
 མང་ཙམ་དང་། རྒྱ་རོམ་ཁའ་སྒྲིད། དཔལ་རྩེ་རྩེ་འཛིགས་  
 ཕྱིད་དཔའ་བོ་གཅིག་པའི་བཞི་འབྱམ་ལས་རུང་ཁ་སྒྲོང་  
 སྒྲིན་སྒྲིག་བཅས་ཁྲལ་སོང་ཙམ་ཞུས་སོ། ། **རི་གདོང་ཁོང་**  
**འདིར་སྐབས་འབྱེར་རྩེང་འབྲེལ་ལྷག་ཚུ་ཆད་ལ་མི་ཏྲག་**  
**པས། ། ཆོས་སྤྱིད་གཡོ་སྐྱུ་འབྲེག་པའི་ལམ་ནས་ལོག་**  
**འཆོའི་ནོར་རྒྱན་འཕྲོན་པའི་སྒྲིད། ། སོག་ལེ་སྐྱ་གྱི་གསོང་**  
**དང་གཞོང་སོགས་རྩུབ་པའི་ལས་ཐབས་ནམ་མང་གིས། །**



ཅེར་ཡང་བྱར་གཏུབ་འབྲི་འཁོར་གཞོན་ནུ་ཚར་ལོངས་གོ་  
 སྒབས་བར་དུ་བཅད། ། བཙོན་འགྲུས་དང་ག་ག་ཤེས་  
 གྱིས་མི་བདེ་གྱིས་བ་གཞོན་ནུའི་ཁ་ཟས་སུ། ། སྒྲང་ཅི་ལྟ་  
 བུའི་སྒྲོབ་སྒྲོན་སྒྲན་གྱིས་མེས་པའི་ཡི་ག་མི་འབྲིད་པར། །  
 ཆོག་ཕྱུབ་བདུང་དེག་རུས་པའི་དུམ་བུ་མགོན་པར་བཙོན་  
 བཟླངས་གཡོས་སྒྱུར་མཁན། ། སྒྱི་རྩིང་སྒྲོབ་གསོ་དགེ་ཆན་  
 འགའ་ཞིག་གྱིས་བ་མནར་ལ་རྟ་ཅང་མཁས། ། འཤེས་  
 བཙོན་ཐང་གཞི་སྒྲིང་རེན་ཡེ་མེད་རྩོམ་སྒྲོན་པའི་མཆོང་བུ་  
 ཞིག ། ཆོས་སྤྱོད་མཛོས་རྒྱན་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་རེ་གཟིམས་  
 ལམ་སྒྱུད་པའི་གྲོགས་ཆོགས་གྱིས། ། འཇམ་ཕྱུབ་སྒྲོབ་  
 གསོ་བུ་ཕྱིའི་ཆོག་ཟད་ཟད་བར་དུ་བདར་ན་ཡང་། །  
 ཡོན་ཏན་གཟི་འོད་སྒྲོ་ཕྱམ་ལྟ་ཅི་ཕྱུབ་པའི་རེག་པའང་  
 བཏུལ་མ་རུས། ། མཚན་ལྡན་བའཤེས་གཉེན་སྒྲུ་ཡི་དབང་



དེས་རིན་ཆེན་བྱམས་བཙུང་འཁོར་སྒྲིན་དབྱིགས་ཏེ། ། བསྟན་  
 འགྲོར་སྒྲིན་ཡོན་འབྲས་བཟང་འཛེ་སྒྲིན་སྒྲོབ་གསེའི་གུ་  
 ཆར་ཡོང་བསྟེལ་བས། ། སྒྲོན་པ་པལ་དེས་མཉེས་སྒྲོན་ལ་  
 འོས་རེ་བདེའི་ཐོག་གུ་འཛེན་དཀར་ཡང་། ། སྒྲ་ཆོགས་  
 མཐུ་བྱིན་དཔྱིད་དཔལ་གྱིས་བཟུང་ལྟར་སྒྲིང་ལེ་འདབ་  
 མཛེས་པ་འཕྱོ། ། རྒྱུད་ནོན་ལྷ་མས་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིག་ལམ་  
 དང་། ། རྒྱུད་པའི་ཆོགས་འཛེན་རྒྱུད་གྲ་མིན་པ་ལ། ། རྒྱུད་  
 པའི་ལས་སྒྲིས་རྒྱུད་གྲར་སྒྲིད་པ་བཞིན། ། དཔྱད་ལོག་  
 གཏར་བསྒྲིགས་ནད་པ་དེར་མ་འཆོམས། ། འདབ་ག་ཤོག་  
 མི་ལྟན་སྒྲོན་མེད་ནི་ཅི་དེར། ། བྱམས་བཙུང་འཁོར་བདག་ཉིད་  
 བ་ཤེས་གཉེན་ཐབས་མཁས་གྱིས། ། ལག་ལེན་དམན་  
 ཡང་ལེགས་བ་ཤད་མི་ཡི་སྒྲིང་། ། རྒྱུད་ཟད་སྒྲོ་བའི་དཔལ་  
 ཞིག་དེ་ལ་བྱིན། ། གང་ལས་འདི་གཏན་དོན་འཛེ་ཡིད་



བཞིན་ནོར། ཅུལ་ལྡན་གསེར་འབྲུག་སྤྱག་པས་འཛོར་མེད་  
 འཛོན། ། མོར་སྤང་ཆན་པའི་སྤར་མེ་ནན་བརྟུང་བྱང་། ། གློ་  
 ཉེལ་བུམ་པའི་བཅུད་བཞིན་ད་གར་མཆིས། ། མཆོན་ལྡན་  
 དག་བའི་བ་ཤེས་གཉེན་འགས། ། ལོག་པའི་གཡང་སར་  
 འབྱེར་བྱེད་པ། ། ངན་ཉེག་ཉ་པེ་འདྲུལ་བའི་སྤབ། མང་དོན་  
 གྲ་ཆོམ་བཞོད་པ་དང་། ། གང་ལས་འདི་གཏན་དགོས་  
 འདོད་ཀྱན། ། ཡོངས་གནས་རིན་ཆེན་གཏེར་གྱི་མཛོད། །  
 གདམས་ངག་ཟབ་མའི་པ་ནོར་དེ། ། པ་ཡིས་བྱ་ལ་བཞིན་  
 དུ་བྱས། ཟིང་འབྲུག་རྒྱ་དམར་འཕྱོག་ན་ཡང་། ། ཞང་པའི་  
 ཐབས་མཁས་སྦྱོར་བ་ཡིས། ། དངས་ཤེལ་གྱར་ཁང་  
 བཏན་པའི་ནང་། ། སྤང་གསལ་མར་མེ་བག་ཕེབས་འོག །  
 གངས་ཅན་བོད་གྱི་རིག་གཞུང་ལམ། ། ཅུང་ཟད་འཛོལ་  
 བའི་སྤབས་རྟེན་མོད། ། སྤེར་དང་མངའ་བདག་མཉེས་བྱེད་



གྱི། ། རྩེས་སྤྱུ་རུལ་བ་ཅིས་མི་འབྱེད། ། དག་ཅན་དེ་  
 མདངས་གསལ་ཕྱིན་ཆད། ། ཡུལ་ལྷུང་དམག་གིས་  
 ཁིངས་ན་ཡང་། ། དེ་དོགས་བྲལ་བའི་གུ་ཡངས་ཅན། །  
 བྱིས་པའི་བདེ་སྦྱིད་བདེ་སྦྱིད་ལུལ། ། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་  
 གཏི་མུག་དབང་གིས་ནི། ། ལྷས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་  
 ཡིད་གྱིས་བྱུང་། ། སྡིག་པ་བདག་གིས་བབྱིས་པ་ཅི་  
 མཆིས་པ། ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སེ་སེར་  
 བ་འགས། ། ཟུང་བད་ཅམ་ཞིག་ཁྲོ་ཞིང་བདག་གི་མིང་། །  
 སྒྲོ་ལ་དྲན་པ་ཅམ་ཞིག་སྤུས་བབྱིད་པ། ། དན་སེང་ནམས་  
 སྤྱུ་ལྷུང་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ། དེས་པར་ཡང་དག་བྱུང་  
 རྒྱུ་སྒྱུ་པར་འཁོག།



③སྒྲུང་ལམ་གྱ་སར་ཆེས་ཞུགས་སྒྲོབ་གཉེར་ཐོས་འཆོལ་  
གཟུགས་བརྟན་ཙམ་གྱིས་དང་ཡུལ་དུ་ལྷོག་པའི་སྒྲོར་  
ནི།

དེ་ལྟར་མདོ་ཁམས་ཁུལ་བེང་འབྲུག་ཆེན་པོས་སྒྱི་ལོ་  
༡༩༡༡འཁུ་བྱེ་ལོ་སྒྲུ་ཉིང་ཆབ་མདོ་དགོན་དང་བྲག་གཡལ་  
མ་བུ་དགོན། དགོན་ལག་མང་པོ་བཅས་མེད་འཁོར། བྲག་  
ཁུལ་ཁྱེ་ཁུ་པར་ཚུར་དཔུང་ཁག་གཉིས་ཁ་སྒྲོང་གྱིས་  
བཟུང་ཞིང་། བྲག་རྗེ་ལོ་མེན་ཏན་བཟུང་པ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་  
འཁོར་ཉུང་བསྐྱས་དག་གྱེལ་དང་ཆབས་ཅིག་གནས་  
བསྒྲོར་ལ་བྱོན། སྒྱི་མངོན་དུ་ཏན་འགམ་ཐོག་ངག་དབང་  
རྒྱལ་མཚན། འོ་པོར་མགོན་ཆེན། མངོས་བཅུ་དྲུང་ཆེ་  
སོགས་གྱིས་ཁྱེ་ཁུ་པ་རིའི་ས་བཟུང་ནུས་སྒྲོབས་བུལ་



བཞིན་ཚུར་རྒྱལ་དཔུང་འཇུག་བྱ་ཅིས་སོགས་ལུར་བེད་ཆེ་  
 ཞིང་། རང་དེ་ལྷ་ཚུ་ཚུར་ཕྱོགས་རྒྱ་ཕྱོགས་སེང་པར་ཞང་པོ་  
 བསེད་ཡེས་སྤྱོད་དྲིན་མི་ལའུར་ཆོ་ད་རིམ་སོགས་ལ་རོགས་  
 རམ་ཡིད་བབ་དྲིན་གྱིས་དེ་ཙམ་ཉེན་ཁ་མེད་ནའང་ཁོ་བོ་  
 ལོ་གངས་བཅུ་བདུན་ཙམ་ལོན་གོང་མ་རྣམས་གྲུ་སར་  
 ཆོས་ཞུགས་ཕེབས་ཆོད་སྒྲར་ལམ་ལོ་གངས་ལས་ཆེས་  
 བརྒྱལ་དང་། ལྷ་ཕྱོགས་ཇག་དམག་པམ་ཉེས་གྱིས་བཀའ་  
 རྒྱུན་ལྷ་མ་དཔུང་བཅས་བར་ཁམས་སུ་འབྱོར་ནས་རིམ་  
 གྱིས་ཇག་དམག་མཐར་སྒྲོད་བྱ་ཉེའི་སྒྲིབ་གཏམ་བདེན་ན་  
 གདོང་ཀོང་འདི་ལུས་རི་བོང་རྩོ་བཏུས་གྱིས་སྒྲོད་སྒྲོས་  
 བཟེད་མིན་བཏེན་ཕྱན་ལྷ་མ་ཚུར་བ་གྲུ་སར་ཆོས་ཞུགས་བྱ་  
 དགོས་ལ་ཁག་བསྟོད་སྒྲུལ་སྒྲུ་གཉིས་ཀ་ལྷ་སར་བསྒྲོད།  
 རྒྱལ་གཞིས་ནས་སྒྲར་ལུས་རྒྱ་ཕྱོགས་སུ་ངོ་ལོན་མགོ་



གཉིས་པའི་ཐབས་ཚུལ་དུས་ལ་བབ་ཅེས་གཉེར་ལས་བྱེད་  
 ནས་གྲོས་ཐོན་བྱུང་འདུག་པ་ལྟར་སྐྱེ་བྱེད་སྤྱི་ལོ་ལྟགས་  
 གསེད་དཀྱོལ་དང་། ཟླ་པར་གོང་མའི་སློབ་བྱ་མངོས་བཅུ་  
 སྟེང་ཆེ་ཅན་དང་། དགེ་ཆན་དམ་པའི་ཉེ་འབྲེལ་མངོན་དུ་  
 ཉན་སྟོན་བརྒྱུད། གདོང་གོང་སྤྱུལ་སྤྱུ་སྤར་ལམ་གྲ་སར་  
 ཆོས་ཞུགས་བསྐྱོད་པར་བཀག་འགོག་བསྐྱུན་གཙོར་མི་  
 ཆོག་པའི་མདའ་སྤུས་འབྲུས་གསུམ་གྱི་ལམ་ཡིག་ཅིག་  
 གུང་ཐོབ་པ་ལྟར་ཉ་དྲེལ་ལྟ་བུ་སྒྲེར་དང་ཁལ་གཡག་དེ་  
 མཚུངས། སྒྲུབ་རྒྱུ་ཨུར་ཅེ་པེ་མི་བརྒྱ་སྒྲེར་བཅས་པོད་ཟླ་  
 སྟེང་པའི་ནང་གདོང་གོང་ནས་ཐོན། དཀྱོལ་དམ་དུ་སློབས།  
 དེའི་མི་དྲག་སྤེ་དམངས་བཅས་ནས་གསེལ་བཏབ་འབྲེལ་  
 སྤྱུལ་སྤྱུ་རིན་པེ་ཆོས་ཆོས་དབང་ཐུགས་རྗེ་གསང་འདུས་  
 སངས་རྒྱས་སྟོང་དབང་དང་འབྲེལ་བ་གནང་སོང་བ་ཐོབ།



རིམ་གྱིས་ཚ་སྒྲུང་བརྒྱུད་ས་དབང་བླ་མ་འཕེ་མདོར་བསྒྲུང་  
 ཡོད་གསལ་བོད་བསྒྲུང་གནས་ཚུལ་སྟན་སངས་ཞུ་ཆོད་  
 རི་ཐོའི་ཡར་ནང་རོང་རྒྱུ་མདའ་ཟེར་བའི་རི་ཙུ་ཞིག་ཏུ་  
 སྒྲུང་བའོ་བའི་གཉེར་སྒྲུ་གཉེར་ཚང་མི་དེ་ཨ་མཆོད་ཟེར་  
 བ་འཕེ་མདོར་གནས་ཚུལ་ཞུ་བཅུར་ལ་སོང་བས་བོད་  
 དཔོན་ཁག་ནས་བསམ་ནག་ཁོག་བཅུག་སྒྱུ་ཟས་འདོད་  
 རམས་གྱིས་ཟེར་རིགས། གནམ་བསྒྲེས་གཞུང་ས་ཆོན་པོ་  
 མཆོག་ནས་མདོ་སྒྲུང་ཁུལ་བསྒྲུན་དག་སྒྱུ་རན་མཐར་སྒྲུང་  
 ཡུལ་ལྟར་བདེ་འཇགས་ལ་འགོད་པའི་དགོངས་བཞེས་བླ་  
 མེད་གྱིས་དེད་བཀའ་སྒྲོན་ལས་བྱ་དཔུང་དམག་དང་  
 བཅས་པ་དཀའ་ངལ་ཉན་ཁར་འཛེམས་མེད་གྱིས་ལྷགས་  
 པ་ཡིན་ན། བྱེད་ཅག་མདོ་སྒྲུང་ཁུལ་བླ་དཔོན་ཁག་ནས་  
 གྲུང་ས་གནས་རང་བསྒྲུང་དེ། འདི་ནས་མངགས་བྱ་བྱ་



འོས་གང་ཅི་ལྟག་སྒྲོ་ཟབ་དབྱེལ་ངག་བཞེད་དང་ལེན་  
དགོས་པ་ལས། རང་མགོ་གང་ཐོན་གྱིས་གཡས་བྲོས་  
གཡོན་བྱེལ་མི་ཆོག་ཅེས་བཅོན་བཀའ་ཡབ་པས་དེ་རང་དུ་  
མ་བསྐྱད་ཐབས་མེད་གྱུར། ཆབ་མཛོད་སྒྲོ་བཟང་བདེ་ཆེན་  
ཆོས་ཁྱི་དགོན་དུ་བསྐྱད་པ་ས་སྒྲུའི་སྒྱུན་གསལ་ཡིན་སྟེ་  
དགོན་ཚང་ཡས་མས་སྒྲད་ལ་འཛོལ་སྒྲུལ་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེ་  
དང་ངེས་གཉིས་མཇལ་ཏེན་ཕོན་ཆེ་བཅས་དབུ་འདྲེན་  
གནང་རྟོགས་ཞུ་སར་བཅར་ཡང་རྒྱས་པ་མ་ཐོན། བཀའ་  
སྒྲུ་རང་སར་མཇལ་ཏེན་མེད་མ་དམའ་བ་དང་བཅས་  
བཅར་ཡང་སྒྲར་བཞིན་ལས་མ་བྱོལ། ཁོང་ཁག་ནས་ཚུར་  
ཡང་ལེགས་དར་བྱུར་གསེས་ཕྱན་བུ་བྱུང་ཡོད་ཟླ་གཉིས་  
ལྟག་བཀག་སྒྱེན་ངེད་འཁོར་འགྲོ་རྟོགས་ཨར་ཅོ་རྣམས་  
བཅས་གྲོ་ཟད་ཐང་ཆད་སྒྲུ་ཞིང་སྒྲིང་ལྟག་གོམ་པའང་ལེ་



ལེས་འདོར་དགོས་པ་དང་། རོང་ཆུང་མདའི་ས་བདག་མི་  
 དྲག་ནས་རྩ་རིན་བསྟེགས་པར་ཁ་ཐལ་འཛིང་ཕྱིད་སེགས་  
 དགའ་ཆོགས་ནོར་གོད་ཏ་ཅང་ཆེ་བས་འུ་ཐུག་ཉིན་གཅིག་  
 གཉེར་ཨ་མ་མཆོད་ས་བླར་ཆོད་བཅར་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཞུ་  
 ཉེན་ཡོར་ཆེ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་། དེད་གདོད་ཀོང་  
 ཆོང་བླ་རབས་རིམ་པ་སྐྱ་ནར་སེན་བརྟུན་བོད་ཕྱོགས་གྲ་  
 སར་ཆོས་ཞུགས་ཟེར་རྒྱ་ཞིག་བསྟེན་དེ་རྩ་བ་སྟོད་དང་།  
 དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྦྱངས་བཅས་སུ་དགོ་འདུན་ཆོགས་  
 ཡོངས་ལ་མང་ཇ་དང་སྐྱ་འབྱེད་གཏོང་སྒྲིབས་མི་འཆུན་  
 པ་བྱ་དགོས་འདི་དག་སྒྲིབས་སྦྱངས་ཁེ་འདོད་ཆོང་དང་།  
 དངས་བསྟོད་བསྟོར་བ་གཏན་ནས་མིན་རུང་མི་འདོད་  
 བཞིན་དུ་བསྐྱལ་བ་བཟང་པོའི་མགོན་སྟོན་དུས་ཆོད་ངན་  
 པའི་བྲལ་དུ་ཆགས་པ་ཞིག་ལགས་ཁར། བར་ལམ་ཆོང་



འབྲུལ་དབྱ་ཇག་གིས་བཅོམ་པ་དང་། རྒྱ་དམག་ཇག་པས་  
 འབྲུ་དང་རྒྱ་ཆེ་འདོན་འགོལ་བླ་བྱང་ཕྱི་ཇིག་ནང་སྟོང་མིང་  
 ཡོད་གཟུགས་མེད་ཁོ་ནར་བསྟེན། ད་ཆར་གྲ་ས་ཆོས་  
 ཞུགས་བསྟེན་བཀུར་འགྲོ་གྲོན་སྐྱ་ཟིངས་མ་དགོས་རང་  
 ཡུལ་སྟོང་པས་ཆོག་ན་སྤྲག་ལ་དགོས་རྒྱ་སྤྲག་ཁུ་དར་  
 བར་སོང་བས་གང་ཡག འོན་ཀྱང་དེད་ཆོང་ནས་སྐྱུལ་སྐྱ་  
 གྲ་སར་ཆོས་ཞུགས་སྐྱར་ལམ་མ་བྱས་འོས་མིན་ཡིན་ཚུལ་  
 གདན་ས་གྲ་ཆོང་ཁབ་གིས་སྦྱང་ལེ་ཁབ་གྲོད་འཇུགས་  
 ཡོད་དེགས་ཆེ་བ་ལགས་ན། ད་སྒོས་མི་དབང་ཆེན་པོ་  
 མཆོག་གིས་གདོང་གོང་སྐྱུལ་སྐྱ་ནས་ད་ཕྱིན་གྲ་སར་ཆོས་  
 ཞུགས་མི་དགོས་བྱས་པས་དེ་ལ་སྐྱས་ཀྱང་རེ་ལའང་ཕྱིད་  
 བློང་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་འཁོག་ལག་བྱེར་ཞིག་བྱགས་ཇི་  
 ཆེ་ཞེས་ཞུ་འཁོད་བྱས་པ་ལམ་དུ་སོང་སྟེ་བོད་དུ་བསྐྱོད་



འབྲས་ཆེག་མཆན་བྱང་བ་བཞིན་ཟླ་བ་དག་པ་ནས་སྒར་  
 བཅེག། ལྷ་རི་འགོ་དང་ཨ་ཇཱ་དགོན་གནིས་སུ་གསེལ་  
 བཅེད་དེར་སྐྱུལ་སྐྱུ་རིན་པོ་ཆེས་གྲ་འགའ་ཞིག་ལ་དགོ་  
 ཚུལ་སྒྲོང་གི་སྒྲེམ་པ་དང་བཀའ་དབང་རེ་བྱང་སྐྱུལ་སེང་  
 བ་བཅས་ཐོད་ཟླ་༡༠ཆེས་༥༠ཉིན་རགས་མགོ་ལྷ་གདོང་  
 འགན་ཁར་འབྲས་སྐྱུངས་དང་རྩ་སྒྲོང་ཉག་རེ་ཁང་ཆོན། འི་  
 སྒྲོན་སེགས་རིན་པོ་ཆེ་དམ་པ་དེའི་ཞལ་སྒྲོབ་སྒྲིན་བདག་  
 ཐོད་གྱི་དཔོན་རིགས་ཁ་འགས་ཁུ་བོ་ཞི་ལྷ་དམ་པའི་  
 མགོན་གཉིད། སྒྲོན་བྱེལ་ལྷ་སར་སྒྲེབས་པ་བྲག་སྒྲེའི་ལས་  
 ཆོན། བྲག་གཡལ་མི་སེར་གྱི་སྒྲིང་སྐྱུག་སེགས་གྱི་ཐབ་  
 བསུ་བཅས་དེད་གྱི་ཉེ་ནང་མི་སེར་འགོ་པ་རྒྱ་མཚོའི་བྱིམ་  
 ཏུ་འཕྱོར་ཞིང་དགའ་ཉེ་ཁག་གིས་ལེགས་སྒྲེས་བསྟུབས།  
 གཙུག་ལག་ཁང་ནམས་སུ་ཆེས་མངལ་མཆོད་སྒྲིན་སྒྲེས།



བྲག་ཁོངས་གྲོང་རེ་༡༣་པ་ཆོས་ཇེ་དང་ཇེ་བརྒྱད་པ་ཆོན་  
 པོ། ཁུ་བོ་ཞི་ལྷ་དམ་པ་སོགས་སར་བཅད། དེད་རྩ་བ་སྟོང་  
 དང་འབྲས་སྤྱངས་གྲུ་ས་ཉིས་འཛིན་གྱི་སྟོལ་ལ་བཏེན།  
 འདི་གས་གོ་རིམ་ལའང་ཕྱིད་པ་འབྱུང་བས་དེ་སྟོན་བྲག་ཇེ་  
 བརྒྱད་པ་རིན་པོ་ཆེ་གྲུ་ཞུགས་ཐབས་མཁས་མཛད་སྒོ་  
 བཞིན་གཉིས་སུ་མ་འགལ་དཔལ་ལྷན་གསང་ཡུར་ཕྱིན།  
 གྲུ་འཆོགས་སུའང་མེད་སྐབས་ཀྱང་ཆོས་མཇལ་དང་  
 དཔོན་པོ་ནམས་ལ་བསྟེན་བཀུར་རྩ་སྟོང་དུ་འབྱོར། གྲུ་ཚང་  
 ཁང་ཚོན་བཅས་པར་མང་ཇ་འབྲས་བྲག་སྐྱུ་འབྱེད་ཡུལ་ཏེ་  
 ཁོངས་དེར་སྒྲིག་ཞུགས་ཆོགས་འགྲིམས་ཉིན་༡༩ས་བྱས་  
 ་ཞིང་འཁོར་བཅས་ལ་སྟོན་མོ་གནད་། གྲུ་མང་འཇང་  
 དགུན་ཆོས་ལ་ཕེབས་སང་བར་དེད་ནམས་ལྷ་ལྷན་དུ་  
 ཡར་བསྟེད་ཅིང་། ཆོས་༡༠སྟོར་དཔལ་ལྷན་འབྲས་སྤྱངས་



སུ་སྒྲེབས། ཚོགས་ཆེན་གྱ་ཚང་ཁང་ཆེན་ནམས་སུ་མང་ང་  
 ཞལ་བྱག་སྒྱ་འབྱེད་ཕུལ་ཞིང་ཚོགས་འགྲིམས་ཉིན་འགས་  
 བཅུས་མཆམས་དགའ་ལྡན་དུ་བཅར་དགོས་ངེས་  
 དཀྱིགས་མེད་རུང་། ས་ཡུལ་ནས་གཉེར་གན་ཆེ་བསམ་སྒྱ་  
 ག་ཤེགས་འཁོར་པའི་གདན་ས་གསུམ་དུ་བསྐྱོན་བཀྱར་  
 དགོ་སྒྱུ་ཡོ་བྱད་བང་མི་བཅས་འབྱོར་བ་སྒྱལ་སྒྱ་རིན་པོ་  
 ཆེ་འབྱོན་དགོས་ཀྱི་མཉམ་པོར་དགའ་ལྡན་དུ་ཆོས་མངལ་  
 མཆོད་འབུལ་གྱ་དམངས་སྒྱི་སྒྲོས་སུ་བསྐྱོན་བསྒྱུར་  
 དགོངས་ཇོགས་བཏང་བ་གནང་སྲིང་མཆམས་སྒྱལ་སྒྱ་  
 རིན་པོ་ཆེའི་སྒྱ་ཉི་ནང་སོ་ཚང་ནས་འཕན་པོ་མདར་རེ་ཞིག་  
 བཟུང་བའི་མས་གོང་གཞིས་སུ་འབོད་པར་བྱེན་ཏེ་ཉིན་  
 འགས་བསྐྱད། སྒྱར་ལྷ་ལྡན་དུ་ལོག་སྐབས་དེར་གཞུང་  
 གནས་ནས་ཆབ་བྱག་སོགས་ཁམས་པའི་བླ་དཔོན་མིང་



ཅན་ཡུལ་གྱུར་རིགས་ལ་སྔོན་མཆོར་ཁང་པ་ཞུ་སྒྲིན་ཡོང་  
 འདུག་པ་སྤར་ནས་གསེས་བཏབ་དོན་བཞིན་བྲོམ་  
 གཟིགས་ཁང་དུ་འག་མིག་དུག་བདུན་ཅམ་གནང་  
 འདུག་པར་བསྐྱད་ཅིང་། དག་ཅན་སྤྱལ་སྤྱུ་དམ་པ་ནི་བྱིས་  
 ས་ལྷག་རང་ཡུལ་བྱིར་བྱོན་བར་དེར་བཞུགས་གཏན་  
 ཆགས། ཉིན་འགས་བྲོམ་བསྐྱོར་སོགས་བྱིས་གཡེངས། ལོ་  
 མངུག་སེ་རར་ཕུར་མངལ་དང་། གཞུང་གནས་ནས་ཁྱ་བོ་  
 དམ་པར་སྤྱན་གསལ་ཞལ་དགར་སྔོན་གནས་མཉེས་སྟོན་  
 བཅས་འདུག་པ་དང་ལྷན་ཅི་དགྲ་གཏོར་འཆམས་པའི་  
 ལྟོད་མེ་ལེགས་པར་མཐོང་ངོ་། །འཁོར་ཡོས་གནམ་ལོ་  
 གསར་བཞད་ལྟ་མའི་ཆོས་གཏོར་དང་འབྲེལ་བའི་རྟེན་  
 འབྱུང་ས་བཅད་མ་སྟོང་ཅམ་གནང་སོང་ཞིང་། གྲོང་རེ་  
 འགར་པ། དྲག་རྩེ་བརྒྱད་པ། ཞི་ལྷ། རྩུང་ཆོང་སོགས་སུ་



མངལ་དར་ལ་བཅད། རང་ལྟེས་མང་ཙམ་གྱི་ལེགས་དར་  
 ཡང་སྤངས། ཆོས་བཞི་ནས་རྩ་སྟོད་གྲ་དམངས་གྱི་བྲག་  
 འཛིན་དུ་སྒྲེབས་པར་གྱིས་ཞེས་ལས་སྒྲེའི་ངག་བཞེས་  
 ལྟར་འོ་དོད་སྒྲུག་གི་ཐོག་འག་ཏུ་སྒྲེས། ཕྱི་ཉིན་ནས་ཚད་  
 མ་རིགས་པའི་འཇུག་སྒྲོ་བསྒྲུས་གྲ་སྒྲོ་འཛིན་བྱ་བའི་མགོ་  
 བཙུམས་སོང་། དེ་ཆོ་ལུས་སེམས་སྐྱན་པའི་ཁུང་བྱ་བུ་  
 བཙན་པའི་བཀའ་ཡི་ཐག་པས་བཅིངས་བྱས་འཁོང་། ལྟན་  
 མའི་དཔལ་དང་ཉི་མའི་སྒྲུང་བ་དང་། ལྟན་ཅིག་སྒྲོ་དགའི་  
 ཡིད་ཀྱང་བྱམ་པར་གྱུར། གཞན་དག་འཆོ་བ་མ་ཕྱལ་ཞིང་།  
 མ་བྱེན་པར་ཡང་མ་སྤངས་པར། འཁོར་ཏུ་གྱུ་དོག་བཙན་ར་  
 འདྲིར། དམ་པོར་བཅིངས་པའི་བྲིམས་ས་སྒྲུང་། དེའི་ཚད་  
 བསྒྲུས་གྲུའི་ཉགས་གསལ་གྱི་ཁྱོད་དང་དེ་སྒྲ་ག་འོག་  
 ལུགས་སོགས་ནི་དཀའ་བ་མ་བྱུང་བུང་མ་འདྲིས་པས་



སྒྲིམ་ལམ་རིང་ལྡེབ་ལྡེབ་ཅམ་ལས་མ་བེན། ཆོས་པ་པ་ཉིན་  
 ཆོག་ས་མང་གུ་ཡངས་བཏང་ཞིང་། རྗེ་བོ་རགས་རྗེ་བསྐྱུལ་  
 སར་སེང་། ལོ་གཅིག་ལ་ངལ་རྩེ་ལ་མཆོན་ཉིང་ལྡན་པ་  
 འདི་ཅམ་སྒྲིམ། ཉེར་བཞིར་འཁོར་ར་ཁང་ཐོག་ནས་གཏོར་  
 རྒྱག་ལྟར་མོ་བལྟས། འདི་སྒྲིམ་རིང་གྱི་གྲུ་སའི་དགོ་ཆོན་  
 བསྒྲོ་བའི་སྒྲིམ་བ་བཅུ་མས་ཏེ་ཉལ་རེ་ཆོག་ས་མང་ནས་  
 ཆོག་ས་འདྲུ་ནང་རྒྱུད་པའི་སྒྲིམ་ཆོན་བརྒྱུད་གྱི་མིང་བཏོན་བྲག་  
 རྗེ་བརྒྱུད་པ་ཆེན་པོའི་མདུན་བྲག་ས་དམ་བཟླ་ག་པ་འབྲུལ་  
 ཅིས་ཡོད་རྩེ་ལ་དང་། སྒྲིམ་ཆོན་བརྒྱུད་གྱི་ནང་ནས་རང་ཡུལ་  
 འཁོར་ཁ་འཁོར་དཔའ་ཏེ་གས་ཆོང་གི་དགོ་བ་འཁོར་ངག་  
 དབང་བཅུ་ན་འབྲུས་སམ། བན་རྒྱུད་ཞེས་སྐུ་འཁོར་པ་དེ་མི་  
 གཞི་འཇམ་ཞིང་ཁོག་པ་ཡངས་རྩེ་ལ་གྲུ་འགའ་ཞིག་ནས་  
 བྱ་སྐྱེལ་བྱུང་བ་བཞིན་སྐྱབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་དེའི་མདུན་



བཅར་ཏེ། རེད་གྱི་དག་ནན་ཡུལ་བྱུང་ངག་དབང་བཙུན་  
 འབྲུས་གྱི་མིང་ཐོག་ཕྱག་ཐམ་གནང་རོགས་ཞུས་པ་བཞིན་  
 དེ་དོན་གནང་སྲིང་སྟབས་གྲ་སར་སྟོད་རིང་ཉེས་བརྒྱུང་མ་  
 བྱུང་བ་བདེ་སྟོད་སྟོན་པར་ཉེ་མ་ཙམ་གྱི་ཕྱ་བ་ཚུགས། དོན་  
 འདི་ཁོ་ནས་གྲུང་ཇི་ནི་མིན་ཏན་བརྒྱུད་པ་ཆེན་པོ་དེ་བཀའ་  
 དྲིན་མཆོག་ཏུ་ཆེ། ངག་དབང་བཙུན་འབྲུས་དག་ནན་དུ་  
 བསྟོས། དངོས་ཆས་ཉེར་སྦྱད་འོས་མཆོམས་དང་བཅས་  
 ཡུལ་ཇི་བོ་དང་། བཀགས་དེ་རིང་ཡིན་ཞེས་མི་རྒྱ་ཆབས་  
 ཅིག་ཅིས་སྦྱད་ཀྱ་བ་སྟོད་དུ་བཀར། ཟླ་བ་འཕའི་ཆོས་  
 འཁར་ནས་དཔྱིད་ཆོས་དང་པོ་ཚུགས་སྲིང་བ་རེ་ཞིག་ཁ་  
 དོག་དང་དཀར་པོ་གཉིས་ཟུ་གསུམ་བསྟེན་ནས་ཐལ་  
 འབྲུར་འཕེན་སྟངས་གྲུང་མ་འཁེས་པར་རིང་ཞིག་སྲིང་།  
 ཆོས་གྲུར་ཕྱིན་པ་ན་ཁ་དོག་དཀར་དམར་གྱི་འཛིན་གྲ་ནས་



གྲུ་སར་མཉམ་དུ་ཞུགས་པའི་གསར་བུ་པ་གཞན་དག་  
 འངང་དགུན་ཆོས་སྐྱ་སང་དྲིན་གྱིས་ལྷོག་པ་ངོས་འཛིན་གྱི་  
 བར་འཁེས་འདུག་པས་ངོ་ཡང་གཞོང་། གཞི་འདི་ལ་ངལ་  
 བ་བསྟེན་པ་སྟོང་པའི་ཅི་ཡོད་ཅེས་ཞེ་ཡུགས་སྐྱ་བསྟེན་བས་  
 སྟོབ་པར་མི་སྟོའང་མི་འདོད་བཞིན་ངེ་ལྟར་བོང་བུ་དག་  
 མངོན་པར་སྟོབ་མེད་བཞིན་སྟེས་བུ་དེས་འགེལ། དབྱུག་  
 པ་ལ་སོགས་པ་བྲེག། ལ་ལྟང་རིང་བོར་དོད་པར་བྱེད་ཅིང་  
 དེ་ལ་རང་དབང་མ་མཆིས་པ་བཞིན་དུའོ། ཆོས་འཁོར་  
 གྲུ་མང་ཆོགས་མཆོད་དུ་བྱེན། ཁོ་བོ་ཡང་འགྲོ་འདོད་སྒྱུ་  
 དམར་གྱིས་བཏེག་པ་ལྟར་ཡང་དབང་མེད་ཁར། ཆོས་  
 འགྲེམས་འོག་ཏུ་སྟོང་པ་གཞན་དག་ནི་ཀ་མིབས་ནང་ནི་  
 མར་དགོད་ཅིང་། བྲེ་མེའི་གཏམ་ཅི་རིགས་སྟོབ་བས་དུས་  
 འདུའ་བའི་བྱུར་སྟོབ་སངས་ཉིད་དུ་ཟད་ལ། དུན་ནི་གཡོང་



བའི་སྐབས་མེད་པར་ཤན་ནས་རིམ་གྱིར་ཉི་ཐེ་སྒྲིག་བཅུག་  
 རྟེན་གྱི་དོག་པ་ལ་དཔེ་མེད་དེ། དེ་ཆོ་ཟས་ལ་དྲི་རོ་བྲལ།  
 གཟུགས་གཅིག་དག་ལ་འདྲན་བྱེད་གཏོང། བད་འདབ་ལྔ་  
 བར་འགྲམ་པ་ཉལ། རྒྱལ་བའི་བཀལ་ལ་གྲུས་པ་སྟོང།  
 བཙན་པོས་ལྷས་སེམས་བཅེངས་པ་མེད། བྱ་བ་ཀུན་ལ་  
 རང་དབང་སྟོང། ཡིད་ལ་འདོད་པའི་གནས་དེར་རྒྱ། ནམ་  
 མཁའི་འདབ་ཆགས་སྟོང་པ་ལ། དེ་ནས་ཆོགས་མཆོད་  
 འོག་གི་ཞག་བཅུ་ལྔ་གཅིག་སོང་ཡུན་གྱི་སྤང་བར་བཅས་  
 འདས་ཏེ་ནག་ལྔ་ཆོས་པ་ན་གྲ་མང་འབྱོར། དཔྱིད་ཆོས་  
 གཉིས་པ་ཚུགས་སོང་ཡང་བཀའ་བཅུ་ཁག་གི་གཏོང་སྟོ་  
 དང་། ཁང་ཆོན་སྐྱ་རིམ་ཆོན་མེ་སྒྲོན་མ་འབྲམ་ཐེར། བཀའ་  
 འབྱུར་སྒྲིག་པ་སོགས་ཀྱིས་གཟེར་གྲོལ་ནས་མི་མང་  
 གསེབ་ཆོས་ཚུང་ཇི་བཞིན་མ་འཤེས་རུང་འཁྱུར་ཆོག་



ལྟབས་སྒྲི་སྒྲི་བྱུང་། ས་ག་ལྷ་བ་ནང་སྒྲི་ཕུ་བྱས་བཟལ།  
 ལྟའི་དགའ་ཚལ་ས་སྒྲི་འཕེས་འདྲའི་ནེའུ་སྒྲི་ཐོག་ཏུ་  
 སྒྲི་བས། འདིར་ཁང་ཚན་དག་ཅན་འབྲས་ཉག་རེ་ནས་བྱེད་  
 སྒྲི་ལ་གྱི་སྒྲི་ག་ལམ་ཡངས་འཕྱིང་། དགོན་ལྟག་དེ་བྱི་ཆེན་  
 ཕེར་རྒྱུ་རིན་ཕེ་ཆེ་ཕྱིང་ཁ་པ་བཞུགས་སྒྲི་ལ་གསེར་བྱི་  
 ཞེས་འབོད་པ་དེར་དགའ་ལྟན་འགར་ཕྱི་དང་རྩ་བ་སྒྲི་  
 པའི་རིགས་ལམ་པ་ནམས་ཆེས་ཕྱིང་བྱེད་སར་བསྒྲི་  
 ལྟབས་སྒྲི་བསྒྲི་འགྲོ་ཆོག་པ་དང་། གསེར་བྱི་སྒྲི་རོས་  
 ལྟ་སོང་བས་སྒྲི་བ་ཕྱིང་ཟད་སྒྲི་ ཉིན་གཅིག་དུས་མིན་  
 སྒྲི་སྒྲི་ཞིག་སོང་བ་དཔེ་ཆ་དག་ཅན་བྱ་ཕྱིང་མ་ནས་  
 བདུང་བྱ་བྱས། བྱིས་ཆེས་ར་མེད་སྒྲི་བས་བསྒྲི་བྱ་  
 སོགས་སྒྲི་བ་གཉིས་རེ་སྒྲི་འཛིན་དང་། ཆེས་ར་ཡོད་སྒྲི་བས་  
 དཔེ་བྱིད་བྱི་སྒྲི་བཅས་མི་སྒྲི་ན་ཅམ་བྱུང་ཞིང་། གང་



བྱིད་པའི་སྒོ་འཛིན་སེགས་རྒྱགས་འཕྲོད་ཆེ་ཁམས་སེང་  
 དང་། འག་ཉལ་རྒྱགས་པ་སེགས་ཇི་འདྲ་ཡང་མ་བཀག་  
 དས་འདི་ནས་བཟུང་དག་ཅན་གྱི་ཉེས་བརྒྱུ་ལས་ནམ་  
 དར་གྲོལ། འོན་ཀྱང་བསྐྱུས་གྲ་པལ་ཆེར་ནི་རྒྱགས་སྦྱང་  
 ཡལ་སེང་ཅམ་ལས་བསྐྱབ་ཟེན་རིམ་འགག་འཁྱེད་འབྲུ་  
 འགྲོ་མལ་ལྟར་དུ་སེང་བས་སྦྱང་ཇེས་བལྟ་སྦྱོར་དགོས་པ་  
 བྱུང་དོ། རྩོད་པ་ཡིན་ལོག་མིན་ལོག། སྦྱི་བྱེ་བྲག་ཇེས་ཆེས་  
 ལྟོག་ཆེས་བཅས་སེང་། གསེར་ཁྱི་པར་བཞེ་སྦྱང་བྱ་  
 བའི་སྦྱོབས་པ་བུལ་ཡང་གཞན་དག་གི་ཆེས་རྩོད་ལ་ལྟར་  
 མི་བྱེད་པ་ཅམ་དང་། ནམ་སྦྱོད་སྦྱང་བདེ་དམ་བཅའ་ཞེས་  
 སྦྱང་གསེབ་ཅིག་ན་རྩ་སྦྱོད་དང་དགའ་ལྟན་འགར་ཕྱིར་དཔེ་  
 ཆ་བ་མཁས་གས་འདུས་ཏེ་རྩོད་པ་བྱ་སར་ནི་མ་བཅང་  
 དོ། ཁྱེ་བ་ལྟ་པའི་ཆེས་འགར་འབྲས་མི་སྐྱས་དགོངས་ཞུས་



གྱིས་དེས་དང་མཉམ་རྒྱལ་མེ་ནགས་རིའི་ཕྱེ་སེགས་སུ་  
 འབྱམས། ཆོས་ལེནས་གྲུ་བྱིངས་ཟམ་གདོངས་གྲུ་ཡངས་  
 ཞེས་པའི་དབྱ་ཚྱགས་ཕྱོད་མེས་གཡེངས། ཆོས་༡༥ཉིན་  
 སྒྲར་རྩ་སྟོང་དུ་ལོག་དགོས་པས་ཏ་ཅང་སུན། ཟླ་བ་དུག་  
 པ་དབྱར་ཆོས་ཆེན་མེ་ནང་འགལ་བ་དང་འབྲེལ་བ། རྗེས་  
 སུ་འགྲོ་ལྷོག་གི་བྱའ་པ་སེགས་བསྐྱབ། ཉགས་གསལ་  
 ཕྱོད་པར་ཆ་རེ་གཉིས་བཏང་ཐུབ་པ་བྱུང་། དེའང་ཆོས་ཕྱོད་  
 སྐབས་གཞུང་དོན་འབྲེལ་མཁན་དམ་བཅའ་བར་དགག་  
 པ་གཏོང་བ་པོས་ལུང་རིགས་གྱིས་དེད་དེ་ཁས་བླངས་  
 ནས་འགལ་བཅོ་ཐུབ་ན་ཆ་ཟེར་རོ། ། རྩ་སྟོང་དུ་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 ནམས་སྒྲམ་འཛོགས་ཉགས་གསལ་གཏོང་ས་མ་  
 གཏོགས། བརྒྱན་ཆོགས་འདོན་པ་འདོན་སར་འགྲོ་དགོས་  
 པའི་སྒྲི་སྒྲིག་མི་འདུག་རུང་། རང་གི་ཁྱེན་ངན་བྱུར་ཆག་ལྟ་



བུས་ཆོས་རྩ་ཡོད་སྐབས་གྲ་ཇ་ཆོགས་ཐེངས་ ༥ དང་  
 ཁང་ཆོན་ཆོགས་ཐེངས་ ༡ སྐྱེ་རིམ་སྐམ་ཆོགས་སྒྲིལ་མ་  
 ཆར་ ༡༥ ནས་བརྒྱད་ཅུ་འི་བར་ཉིན་ལྷུར་གྲངས་ལྔ་རེ་སྤར་  
 གཅོག་གིས་ལེན་པ་སོགས་གྱེ་ཆོ་དགོ་ཆོན་གྱིས་ཉག་ཏུ་  
 འགྲོར་བཅུག་པས་དོན་མེད་སྒྲི་སྤྱན་གྱིས་མནར། ཇ་བར་  
 རྩོད་པ། ཉིན་ཆོས། སྐྱེ་རིམ་རྩོད་པ། རྩོད་ཆོས་ནམས་སྤྱི་ནི་  
 བགོ་སྒྲིང་ཁ་མཆར་རྩོད་མེས་དུས་འདུ། ཆོས་མཆམས་  
 སྐབས་བརྒྱས་གྲ་སྒྲོ་འཛིན་སྤྱ་མཐུད་དང་། བདུན་པའི་ཟླ་  
 སྤང་སྟོན་ཆོས་དང་པོའམ་སྒྲོ་སངས་ཆོས་རར་འཁོད་པ་དེ་  
 ཚུགས། གྲུན་སྒྲིང་སྤར་བཞིན་ཐོག་ཆོས་ཉེར་དགུ་དགག་  
 དེའི་ལྗོངས་རྒྱར་འབྲེལ་ཉིན་བརྒྱད་བར་འཆར་ཅན་ཆབ་  
 གཞུག་གྲ་ཡངས་གསེལ་སྟོན་ཚུགས། འགོལ་གཡག་  
 ཚུགས་བབས་ཡུན་ཅམ་རྩ་ལ་ཡན་པའི་སྒྲིང་སྤང་ཆེ། གོལ་



འཕྲུལ་ཆེས་ར་སྒྲོན་འཕྲོས་དང་། དག་པའི་ཟླ་བར་ས་གར་  
 ཆེས་ར་རྩྱགས་པར་རྒྱ་འབྲས་ཆེ་རྒྱུ་(བསྐྱབ་)ཅིང་ཕྱིད་  
 ཆེས་མཚམས་ཆེན་མའི་ནང་བསྐྱབས་བསྐྱས་གྲུའི་ཟློ་འཛིན་  
 ཕལ་ཆེར་གྲུབ། གྲ་སར་མཉམ་ཞུགས་གྲོགས་ནམས་  
 གསར་ཕྲལ་ལྷི་པོ་དང་། དགོ་རྒན་གཡེག་དགོས་པའི་  
 བྲེལ་བ་ཆེ་ལ། དེད་དམིགས་བསལ་གྲིས་དེ་དག་མ་  
 དགོས་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཁོ་ནར་བཙུན་པས་ཆོག་པ་དང་། དེ་སྒྲོན་  
 གཞུང་དང་རིག་གནས་ལ་གོམས་འདྲིས་ཕྱན་བྱའི་  
 རྒྱགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་བཅས་གྲིས་ཡལ་ནམས་། བསྐྱས་  
 གྲ་ཟློ་འཛིན་དཔེ་ཁྱིད་ཕྱིད་པ་བཅས་ལ་ལོ་གསུམ་སྒློར་  
 འགོར་ལམ་དེད་ནས་ཟླ་བ་བཅུ་ཡུན་གྲིས་བཅད། རེས་  
 བསྐྱབ་གྲི་གཞུང་གཞན་ཡང་དེ་དང་མཚུངས། འོན་ཀྱང་  
 ཕྱིད་པ་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཕྱག་དེག་ཁོང་ཁྱོའི་ཀུན་སྒྲོང་



སྒྲིན་ཅན་དང་། དོན་དཔྱིས་ཕྱིན་ག་ལ་རྟོགས་ཁམས། ཅུང་  
 ཟད་རྟོགས་པ་ཉམས་སུ་མ་ལོན་ཁ་བ་འད་ལག་ལེན་  
 ཉམ་སྒྲིང་དུ་གྱུར་ཏོ། །ཟླ་བ་བཅུ་གཅིག་པ་ཆོས་ནས་  
 འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་སུ་ཐོན། གསང་ལུ་དབྱུང་ཆོས་  
 མ་སྒྲེབས་ན་ཨ་བྱ་འི་བའི་རྟགས་དང་། འཇམ་དབྱངས་  
 དགུན་ཆོས་སོང་ན་ཨ་བྱ་སྒྲི་བའི་རྟགས་ཞེས་གཏམ་དཔེ་  
 བྱེད་པ་དེ་ཡིན་རུང་། རང་ལ་སྒྲིང་གནས་འག་ཆུང་ཐོབ་  
 པ་དང་། ཉིན་རིལ་པོ་ལྷ་བྱུང་ཆོས་རར་འགྲོ་ཆོག་ཅིང་།  
 ཅོད་པའང་རེ་ཅམ་འཕེན་ནས་གྲ་མང་གསེབ་དགའ་ངལ་  
 དེ་ཅམ་མ་བྱུང་ཞིང་རྩ་སྒྲིང་དུ་སྒྲིང་པ་ལས་སྒྲིང་། འདིར་  
 ཡོང་མཁན་དག་ནི་པལ་ཆེར་སྒྲིབ་སྒྲིང་དོན་གཉིར་འགས་  
 ཅིག་བཞེན་གདན་ས་གྲ་ཚོང་སྒྲི་སྒྲི་སྒྲིང་གསུམ་ནས་བྱོན་  
 པའི་སྒྲིབ་གཉིར་བ་མང་པོ་དག་གི་ཆོས་ཅོད་བཟོ་སྒྲིང་



ནམ་འགྱུར་ནི། ཁ་ཅིག་ཏུ་ཕྱི་རྒྱལ་དམ་བཅའ་བ་ཞེས་  
 གཞུང་དོན་འགྲེལ་པ་པོ་གཅིག་ལ་བརྟེན་དཔྱད་པ་དུ་  
 མས་བསྐྱོར་ཏེ་གང་དང་གང་དོན་ནམ་པར་འགྲེལ་ཞིང་  
 དམ་འཆའ་ནའང་ལུང་རིགས་གཞི་དབྱེད་འཕེན་པས་ཐལ་  
 བར་བྱེད་ཅིང་སྒྲིབས་འགལ་འདྲར་གྱུར། ལན་ཞིག་མ་  
 བཏབ་ན་གདན་ས་དང་། གྲ་ཚང་དང་། འཛིན་གྲུའི་ལར་རྒྱ་  
 འོར་བས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་གྱི་གནས་སུ་གྱུར་བ་དང་།  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་ནི་རྒྱལ་བ་འདྲ་མཉམ་དུ་ཐུག་པས་སྨྲ་ག་  
 མེད་ཁ་འཐབ་པ་ལྟར་རྒྱལ་པམ་དབྱེ་མི་ནུས་པར་རང་རང་  
 གི་ཞེ་འདོད་སེ་སེ་ནས་ལུང་རིགས་དུ་མས་དགག་སྒྲིབ་  
 བྱེད་པ་ངོ་མཚར་བ་དག་དང་། གཞན་དག་ཏུ་ནི་རྒྱལ་བ་  
 མང་པོ་དག་གིས་གཞི་དབྱེད་བརྗོད་པ་ན་དེ་དང་དེ་མཐུན་  
 གྱི་ལན་འདེབས་པས་རྟགས་གསལ་གཏོང་རྒྱུ་ལ། ཐལ་



བ་འཕེན་རྒྱ་རེ་ཞིག་ཆད་དེ་སྒྲིང་འཕྲུལ་ནས་དབྱུགས་  
 མགྲིན་པར་བཟངས་པ་དང་། དེ་དག་རེ་རེ་ནས་གྲུང་ཏེ་ཉེར་  
 དང་། ཨ་མདོ། སྐུ་པོ། འབའ། རྒྱལ་རོང་སྐུ་པ་མི་  
 གཅིག་པའི་སྐད་སྐད་ཆོགས་པས་འཕྲིན་ཏུ་མཆར་བའི་  
 འབྲུག་འདེབས་དང་། གནད་ནས་འབེབས་པའི་མཆར་འབྲུ་  
 དང་། སྒྲིན་བཟོད་གྲིས་དམར་དབབ་པ་དང་། དྲིགས་པས་  
 བསྐྱེདས་ནས་མི་འཛིགས་པའི་གད་རྒྱུདས་སྒྲིག་པ་དང་  
 སལ་ཆེར་དུ་ཁས་སྦྱངས་ནིར་འབྲུལ་ཅན་གྱི་བར་འཁོར་  
 གསུམ་ཞེས་དང་། (གཞུང་དུ་ཐལ་འབྱུར་ཡང་དག་ཏུ་  
 སོང་བས་དམ་བཅའ་འདྲོར་དགོས་ཉེ་བར་འཁོར་གསུམ་  
 ཡིན་ཡང་ད་ལྟའི་ཕྱག་ལེན་འདི་ལྟར་)ཁས་སྦྱངས་ནང་  
 འགལ་ལ་ཚ། ཚ་ཞེས་པ་དང་ལན་རྒྱུ་ཅིག་པ་དང་།  
 ཏྲགས་གསལ་བྲོངས་འཕྲིག་པ་སྐུ་ཅི་ཆེར་སྒྲིག་པ།



ལུས་གྱི་ནམ་འགྱུར་ཡང་། དགག་སྒྱུབ་གྱི་དོན་ལ་ཡིད་ཅི་  
 གཅིག་དུ་གཏད་པས་དགུན་དགུ་འདྲིན་གྱི་སྒོད་དཔུང་རྗེན་  
 ལག་མཐིལ་གྱི་འགྲོ་དོལ་པའང་མི་ཆོར་བ་ཅམ་གྱི་ཐལ་རྟེན་  
 དང་། རྒྱུ་ལས་སྒྲུ་ཆོགས་དང་། གཞུང་འབྲེལ་མཁན་  
 གྱི་མགོ་འཕྱར་བ་དང་། འགྲུགས་པ་དང་། དབྱེད་པ་དང་།  
 ཞུ་ཕྱིར་བ་དང་། ལན་མ་ཐེབས་པར་གཏུང་བ་ནས་ཏྲ་ལྟར་  
 ཞོན་ཏེ་ལན་ཕྱིར། ཕྱིར་ཞེས་ཐལ་མེ་ན་བའི་དུང་རྟེན་པ་  
 དང་། གཞུང་དོན་འབྲེལ་བ་པོས་གྱུང་སེར་གོལ་རྟེན་པ་  
 དང་། ཆོ་དང་ལའོར་གསུམ་བསྟོན་རྒྱགས་པན་མི་བཟོད་  
 ཅིང་ལང་ཏེ་ལ་ཡང་སྒྱེལ་བ་དང་། གཞོད་བྱེད་བརྗོད་དེ་  
 ཏྲགས་གསལ་གཏོང་མི་མི་ཐོབ་པས་པན་ཚུན་སྒྱུད་ནས་  
 སྒྱེལ་ཞིང་ཡང་འབྲམས་པ་སོགས་ཆོས་ར་ཚུགས་ཡུལ་རི་  
 རྟེན་སྒྱེད་ཕྱི་ག་སྒྱོར་ན་ཆོས་མང་བར་རང་ནས་སྒྲུབས་དེར་



བགོ་གླེང་གོང་མཚུངས་མི་ནུས་རུང་། ཟློན་དོན་ལ་ཡིད་  
 འཛིན་བརྟགས་གཞིག་འབྲེལ་ལྟར་མེད་ཡོངས། གྲང་དང་  
 ལྟག་རྒྱ་འོག་ཆོས་རང་མཚན་ཕྱི་ཅམ་སྒྲིང་གྲང་བཟོད་  
 ལ། རང་འགྲུལ་རྟགས་གསལ་འཁེས་འདོད་གྲང་སྒྲིམ་ཏེ་  
 དེ་ལྟ་བུའི་འབད་པ་བཙུན་དེ་ཡང་དག་པའི་རིང་ལྷགས་གྱི་  
 ཕྱོགས་སུ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ང་རེ་དགའ་སྟམ་མོ། །རིམ་གྱིས་  
 ཟླ་ཆོས་ལྗོགས་ནས་ཆོས་གཞུག་དམ་བཅའ་དང་། ཟླ་  
 ༡༡པའི་ཆོས་༡༤ནས་བཟུང་ཉིན་གསུམ་ཁང་ཚན་གྱི་ཉིན་  
 ཡུད་དང་མཚན་ཡུད་དམ་བཅའ་ཞེས་ཆབ་སངས་ཆོ་མ་  
 གཏོགས་པར་ཉིན་མཚན་སྒྲང་པོར་ཆོས་ཟློན་བྱ་དགོས་  
 ་འོང་། ཉིན་ཡུད་གསུམ་དུ་གཞུང་དོན་འབྲེལ་བ་པོའི་དམ་  
 བཅའ་བ་རྟགས་རིགས་དང་སྒྲེ་རིགས་འཛིན་གྲུའི་བཅོལ་  
 དཔོན་དང་བཅོལ་འོག་གམ་སྒྲུར་དཔོན་དང་སྒྲུར་འོག་



གང་ཡིན་པ་སྟོང་དགོས་ལ། མཚན་ལུང་གསུམ་གྱི་གནད་  
 དོན་འབྲེལ་བ་པོའི་དམ་བཅའ་དག་བཤེས་འཁོར་  
 མཚམས་ཁེལ་བའི་ཆན་རིམ་ནས་སྟོང་དགོས། དེ་དག་  
 གུང་ཕལ་ཆེ་བ་མི་འདོད་ཁྲལ་བབ་ཅམ་ལས་ལན་མི་  
 ཐེབས་པ་སོགས་གྱི་ངལ་བས་མངོན་པར་སྟོབ་མེད་དོ།  
 ཁོ་ཐོ་དེའི་ཆོ་བསྐྱུས་གྲ་ཐོ་རེ་བ་ཅམ་ཤེས་པའི་ང་རྒྱལ་  
 ཁེངས་དྲེགས་གྱིས་རྒྱུད་བརྒྱུམས། སྟན་གྲགས་ཕྱ་མོ་ཞིག་  
 ཐོབ་ཏུ་རེ་བས་ཡིད་བསྐྱུས་ཉེར་དགའི་རྒྱབ་མེར་བསྐྱུས་  
 གྲུའི་ཐད་ཉིན་འབྲེལ་གྱིས་མཚན་ལུང་གྱི་དམ་བཅའ་ཞིག་  
 འཛིག་ཆོག་པ་ཞེས་ཆན་མང་ལ་ཞུ་གནད་དང་འབྲེལ།  
 ཅིག་ཤེས་དམ་བཅའ་རིས་འཁོར་དེ་ཡང་གོ་བར་བྱས་ཏེ་  
 དམ་ཁྲིའི་སྟོང་དུ་འཛིགས་སོ། དེ་མ་ཐག་ཆན་མང་རྣམས་  
 དབྱེས་ཏེ་བྲི་དར་ཇ་འབྲས། ཆོགས་ཡོངས་ནས་དཔལ་



ལྟན་ཡོན་ཚོགས་མ་གསུངས་པ་བཅས་ཏེན་འབྲེལ་གྱི་ས་  
 ག་ཅིའང་བསྐྱེགས། དེམ་གྱིས་གསར་བྱ་པ་ནམས་ནས་  
 རང་རང་འཛིན་གྱི་ཐད་གྱི་དོན་འདྲི་ཏུགས་གསལ་ཅི་  
 དེགས་བྱུང་བ་ལ་ལན་མི་སྒྲིན་ཅམ་ཐེབས། དེགས་ལམ་  
 འབྲིང་པོ་དང་བར་ལམ་པ་ནམས་ལ་ལན་མི་ཐེབས་པ་  
 མང་ཞིང་ཚ་དང་འཁོར་གསུམ་མང་པོ་ཁྱུར་དེགས་ལམ་  
 གན་པོ་ནམས་གྱི་ཚོལ་བར་དོན་མཐུན་གྱི་ལན་གཏན་ནས་  
 མ་ཐེབས་ཀྱང་ལྟང་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་འབྲེལ་གྱིས་རེ་  
 འགས་དགག་སྒྲུབ་མི་ནུས་པ་ཕྱན་བྱ་བྱུང་བ་ལ་ཏུགས་  
 གསལ་ཆད་སང་ཞེས་ཚོག་ངན་གྱིས་ཀྱང་མནན། གན་བྱ་  
 རྒྱུ་རྒྱལ་མཚན་ཟེར་བའི་དེགས་ལམ་གན་པོ་ཞིག་ནས་  
 བསྐྱས་གྱི་དཔྱགས་བཅོས་ཏེ་དྲི་བ་བྱས་བྱུང་བར། ཇི་  
 བཞིན་པའི་ལན་ག་ལ་ཐེབས་རྒྱུ་འབྲེལ་མེད་གཏམ་གྱིས་



རྟགས་གསལ་བཅད། ཁྱོད་གྱི་དབྱུགས་པ་དེ་ཆོག་སྒྲམ་སྒྲ་  
 ཆོགས་བསྐྱ་གསེག་བྱས་ཀྱང་དོན་གྱི་རིན་གོང་མི་ཆེ་བ་ཆ་  
 གསུམ་གྱི་ལྗོས་དང་འདྲའི་ཞེས་བརྒྱུད་ཕྱིར་གྱུང་ན་རི་  
 གྱུང་ན་རི་དང་། དེ་ཅི་དེ་ཅི་སྒྲ་བ་ལས་ལན་དོ་མ་མ་  
 བཏབ། དེགས་པའི་འཕུལ་མཆོམས་འཁོག་ལ་ཆོས་བྲམས་  
 ཅད་སྒྲིང་ཉིད་ཡིན་ཞེས་འཁོར་སྒྲིང་གི་ལྷུང་འདྲན་དགོས་  
 པ་བྱུང་བར་ཆོན་བྱམས་པ་བཀྲ་འཁོག་ཞུ་བའི་མཁས་པ་  
 ནས་དེར། བོ་དོང་པ་མ་ཡེ་མ་འབྱུང་སྒྲིབས་བྱུང་ཞེས་ཏ་  
 སྒྲ་བསྒྲུལ། ལྷ་སའི་གོང་པ་ནང་བོ་དོང་པ་ཟེར་བའི་བཙུན་  
 ཆོན་དབུལ་པོ་འགའ་ཞིག་ཞབས་བཏུན་གནང་དགོས་མེད་  
 དམ་ཞེས་བོས་ཏེ་སྒྲིལ་ཁར་འདྲན་པ་འདྲན་མཁན་ཆོ་གཅིག་  
 འོང་བ་དེ་ལ་ཟེར། དེད་ནས་དེ་སྒྲིན་རང་ག་ཞེས་སུ་འཁོགས་  
 བྱ་གུན་བྱབ་ཁྱིད་ཕྱོད་ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ནང་གསལ་བོ་



དེང་གྲུབ་མཐའི་གནས་ཚུལ་ཕྱན་བྱ་འཤེས་གྱི་ཡོད་སྟབས།  
ས་སྐྱ་པས་མཆོན་ཅོད་གྲུ་པ་ཐམས་ཅད་རྟགས་གསལ་  
གྱིས་འདྲར་གཏུགས། མདོ་སྒྲགས་བསྟན་པའི་སྐྱབ་བརྒྱད་  
གྲུབ་མཐའ་རང་རྒྱུ་ཐུབ་པ་བཙུགས་མཁན་གྱི་དེང་པཎ་  
ཆེན་ཕྱོགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་དང་འདྲ་ན་དེས་ཆོག་འདུག་  
ཅེས་ཁ་རྒྱགས་བཤུགས། ཕྱིས་བརྟགས་པ་ན་གདོང་སེར་  
མེས་འགྲེལས་འོས་པའི་ཁས་བླངས་ཐབས་སྒྲུག་བྱས་  
འདུག་ཀྱང་དེ་ཆ་དང་འཇིགས་སྒྲུང་མེད། བཞེ་སྒྲིང་ཆ་ལྟར་  
ཞིག་མ་བྱུང་ཆེ་ནམ་ཡང་དེང་ཅམ་ཡོད་མུར་ཅོད་པ་ཁ་  
འག་ཆ་ལྟར་ལ་བརྟེན་མཆོན་ཇི་ལྟར་སེང་མ་འཤེས་པ་  
ལྟར་ལ་དགའ་བའི་ཅ་ཅི་ཅིའང་སྒྲིག་གྱོགས་པེ་ཆོས། ད་  
དིགས་པའི་སྒྲི་འབྱེད་སྒྲུང་བས་བཙོན་པ་མ་བཏང་ཞིག་  
དེང་པེར་མི་ཐོགས་པར་མཁས་པར་འགྱུར་དེ་ཞེས་



དབྱུགས་བྱུང་ཡང་བྱེད་དོ། ། གང་དུ་འཛོགས་ལ་རིགས་  
 ལམ་རྒན་པོ་ཡང་། ། ངལ་སྒྲུལ་བྱེད་པའི་ཆོགས་དབྱུགས་ཁྱི་  
 འཕང་ཅེས། ། སྒོལ་མེད་བྱིས་པ་འབྱེངས་འདི་མིག་འཕྱུལ་  
 ལམ། ། ལྷ་འམ་སྒྲུ་ཞེས་ཀུན་གྱི་འཕྱང་མེ་ལྷག ། དྲན་  
 པས་ལྷ་གདོང་མཆོམས་སྒྲིན་གོས་སྒྲུབས་པའི་དོ། ། ཟེལ་  
 ཐེགས་ལུ་ཉིག་དོ་ལལ་འཛིན་གྱི་པའི། ། འཕྱུལ་ཆོག་སྒྲུ་  
 བཞིན་ངའོ་ནམ་སྒྲེམས་པ། ། དོ་ཆ་བྲལ་བ་འདི་ལས་ཐང་  
 ཆད་སྟུ། དགག་སྒྲུབ་རང་སྒོལ་རྒྱ་ལས་མི་འགོང་པའི། །  
 ནམ་དཔྱེད་ཅན་དང་བགྱེས་སྒྲིང་རྒྱལ་བ་སྒྲིད། ། ལྷ་དང་  
 རིགས་པའི་གོ་བ་མི་ལེན་པའི། གཏི་བྱག་ཅིག་དང་འཕྱད་  
 ན་མཁས་ཆེན་པམ། ། ཡང་དག་རིགས་པ་མི་ལེན་ཞིང་། །  
 བཟང་པོའི་ལྷ་དོན་འབྱེགས་པོར་འགྲེལ། ། མདོན་སྒྲུལ་  
 བསྒྲོན་པའི་རྒྱལ་བ་དེས། ། མཁས་པ་སྒྲིང་གི་མཐུ་ཡང་



དུགས། ། མགོ་ལྷ་ཆོས་ནས་ཉི་ཤུ་ཆོས་ར་ཚུགས་པར་  
 ཕྱིད་པ་སོགས་འཆར་ཅན་དང་། གྲུ་ཚང་ཁང་ཚན་གྱི་  
 མཚན་ཡུང་ལ་རྟགས་གསལ་གཏོང་བ། ཆོས་བཅུ་བཞིར་  
 སྒོ་མང་གྲུ་ཡུན་ཆོགས་གྲགས་པ་དང་ལྟན་གྲུ་ཚང་ཆོར་  
 ལངས་བྱས། ཆོགས་ལང་ཞེས་པ་དེར་ཡོད་གྲུ་ཐམས་ཅད་  
 བརྒྱན་ཆོགས་ལ་ཚང་འཛམས་བཞུགས་གྲུ་ལ་ཐོག་གཉིས་  
 དེའི་མིང་བོས་ཏེ་དེ་གཉིས་ཆོགས་ལང་ལ་བཞེངས་པར་  
 ཞུ་ཞེས་དགོ་བསྒྲེས་གྱིས་བསྒྲགས་བརྒྱན་གཏོང་གྲུ་ལ་  
 གཡས་གཡོན་དུ་ལངས་ནས་བགྱི་སྒྲིང་གིས་སྒྲིལ་བ་རྟ་  
 ཅང་མི་འཚམས་པའི་ཁས་ལེན་དང་རྟགས་གསལ་ལ་  
 ཚང་མས་རྟ་སྒྲུ་འདེབས་པ་སྟེ། རྒྱན་ལྟན་ལས་བག་ཚ་བ་  
 དང་ལྟན་མེ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། ཆོས་བཅུ་ལྔ་ཉིན་དུ་བསྟོན་  
 དུ་ལོག་ཏེ་རྟ་ལྟན་རྒྱན་སྒྲིལ་གྲུ་ལངས་བཏང་བས་སྒྲུ་



ཚོགས་ཕྱིར་མེས་ནམ་པར་གཡངས་སེང་། རང་ལོ་བཅུ་  
 དག་མེ་འབྲུག་གསར་ཚེས་ལ་ལྷ་མོ་དང་ཚེས་སྟོང་བསེ་  
 བྲལ་པའི་བསྐྱངས་བ་ཚོགས་འཁོར་བྱས་འཁོར། ཚེས་  
 གཉིས་ལྷ་སར་སླེབས། དགེ་ཆན་སྒྲུལ་སྒྲུ་དམ་པ་དང་། ལུ་  
 བོ་ཞི་ལྷ་སོགས་མངལ། འོ་དོད་སྒྲུག་ཐོག་འག་མུན་ཁུང་  
 ཏུ་འཇོལ། ཚད་མའི་གཞུང་གི་མདོན་སྒྲུལ། རྗེས་དཔག་  
 ཡིད་དཔྱོད། སྒྲུང་ལ་མ་ངེས། བཅད་འཁོར་ལོག་འཁོར། ཐེ་  
 ཚོམ་བཅས་སྒྲེ་ཡི་རིགས་བདུན་དང་། ཚད་མ་དང་ཚད་  
 མིན། རྟོག་པ་དང་རྟོག་མེད། འབྲུལ་འཁོར་དང་མ་འབྲུལ་  
 བའི་འཁོར་པ། སེལ་འཇུག་དང་སྒྲུབ་འཇུག། དབང་འཁོར་  
 དང་ཡིད་འཁོར། སེམས་དང་སེམས་བྱུང་སོགས་དང་།  
 དབང་པོའི་མདོན་སྒྲུལ། ཡིད་གྱི་མདོན་སྒྲུལ། རང་རིག་།  
 རྣལ་འབྱེད་མདོན་སྒྲུལ་སོགས་ཡུལ་ཅན་སྒྲེ་ཡི་ནམ་བཞག་



རྟོན་པའི་གཞུང་གླེ་རིགས་ཞེས་ལྟེན་སྐྱུམ་ཅུ་སྟོར་ཡོད་པ་  
 གླེ་ལ་བཟུང་། བྱམས་ར་དང་གསུང་རར་ལྟར་མེ་ལས་  
 ཉགས་གསལ་གྱི་སྟོབས་པ་མེད། ཉེར་གསུམ་ནས་དྲགས་  
 རྟོ་བསྐྱལ་རྒྱ་དང་གཉེར་རྒྱགས་ལྟར་མེ་གཡེངས་འཁོར་རྩ་  
 རྟོད་དུ་སྦྲར་ལོག་དཔྱིད་ཆོས་དང་པོར་གླེ་རིགས་བྲིད་ཅིང་  
 ཅོད། ཆོགས་མཆོད་མ་བཏང་བས་དེའི་རིང་ཆོས་སྟོག་པ་  
 སོགས་བྱས། མ་ཁི་བཀའ་འབུམ་དང་། ཆོས་འབྱུང་རྒྱལ་  
 དབས་སོགས་བལྟ་བུའུ་པས་སྒྲ་ལེའི་ཆོགས་མཆོད་  
 འོག་ལས་གྲུ་ཅུང་ཟད་ཡངས། དེ་ནས་ཡང་དགོན་རི་བྲོད་  
 གྱི་གནས་སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་བྱམས་པ་ཆོས་གྲགས་ཞེས་བྱ་  
 བ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དེའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་སྒྲ་ལེ་དུས་  
 ཆོས་མ་ངེས་པ་ཞིག་ལ་གྲུ་མང་ནས་ཆོ་དབང་ཞིག་ཞུས་  
 སོང་བ་དེའི་གསེབ་ཏུ་ཡོད་པ་བཅས་གྲོགས་མཆོད་ཁ་



འགས་ནས་བཀའ་ཆེན་ཡེ་འཤེས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་གསུང་  
 འབུམ་ལུང་ཞུ་བ་བྱེད་འདུག་པས་དེར་བཅད། གསུམ་པའི་  
 ཆོས་གཅིག་ནས་བཅུ་མས་ཟླ་བོ་གཞན་པལ་ཆེར་གྱིས་  
 ཆོས་གྲལ་དུ་བཀའ་ལུང་ཚར་རིམ་གྱི་སྒྲིམ་རབས་འབྲེལ་  
 བས་མ་དཔེ་ཆ་སྣ་ཆོགས་སྟོག་པར་བྱེད་མིད། རང་ལ་  
 དཔེ་ཆ་ཚན་བྱ་རྒྱུ་མ་དང་འགྲམ་བཞུགས་དམིགས་བཅུ་  
 མ་བབས་དུ་བཅུག ཆོས་ཉིད་དུག་སེམས་བསྐྱེད་སྟེ་གོན་  
 དང་བྱི་ཉིན་དངོས་གཞི་ལུ་མཐུད་ཀྱིང་པོ་ལམ་རིམ་གྱི་  
 ཁྲིད་ལུང་དང་། བཀའ་གདམས་ཐིག་ཡེ་བཅུ་དུག་གི་  
 དབང་ཆེན་དངོས་སྟེ་ཆ་ཚང་སྒྲལ་བཟང་དགའ་སྟོན་  
 ཉམས་སུ་བྱེད་ངོ་། །འདིར་སེམས་སྒྲི་སྒྲུང་ཆེན་པོ་བྱུང་  
 བས། སྟོན་དུ་དགེ་ཚན་སྒྲུལ་སྒྲུ་དམ་པ་ནས་གྲུ་སར་ས་  
 བཅད་སྟོང་མིན་ཅིམ་བསྟུང། དེ་ནས་ཀྲུ་པ་མདུན་བཀའ་



ཆེས་ཞུ་སར་བཅར་དགོས་ཞེས་ཕེབས་གྱི་ཡིད་སྟབས་གྲ་  
 ས་ནས་ཐར་རེས་འདི་ལྟར་སེམས་ཡིད་སྟོང་ལས་ཆེ་ཚུལ་  
 དང་། དམ་ཆེས་ནལ་མ་ཞིག་མ་སྒྲུབ་ན་གྲ་སའི་ཆེས་ཚུང་  
 ཆེག་སྒྲུམ་ལག་འདེབས་འདི་ལྟར་འཆི་བས་འཇིགས་  
 ལྟགས་ཞུ་ཡིག་ཕུལ་བར། དེས་འབྱུང་སྒྲུ་སྒྲུད་དུ་སྤང་  
 བས་ཡིད་ཆེན་མེད། དེ་ལས་སྒྲར་ལྟགས་གྲ་པའི་སྟོབ་  
 གཉེར་ལུ་མཐུད་དགོས་ཚུལ་ཕེབས་པས་རེ་ཐག་ཆད། ད་  
 ནི་གྲ་སའི་རྟགས་གསལ་ཨུ་ཚུགས་གྱིས་སྒྲད་གྲགས་དང་  
 ལྟན་པའི་ལྟ་རམས་དགེ་བ་ཤེས་ཞིག་བཞག་སྟམ་དེ་ཁྱུར་  
 ལྟར་འབྱུངས་བྱས་པས་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་སྟོང་རིག་གུན་  
 བཏགས་གཞན་དབང་ཡིངས་གྲུབ་མཆོན་ཉིད་གསུམ་གྱི་  
 འཇིག་ཚུལ་ལས་བརྩམས། ཚད་མ་རིགས་པའི་གོ་བ་ཅུང་  
 ཟད་ཆགས་ཤིང་། གཞུང་དོན་འབྲེལ་པ་པའི་དམ་བཅའ་



འཇོག་པ་དང་རྟགས་གསལ་གཏོང་བ་ནའང་རང་གི་དེ་  
 ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དང་། མིན་པ་ལ་གཞིན་བྱེད་འཕེན་  
 ལྟངས་བཅས་གྲ་སའི་སྒྲོབ་གཉེར་པའི་དམངས་གྲལ་དུ་  
 ཚུད། འོན་ཀྱང་དམིགས་ཡུལ་བྱ་བེད་དང་རྩམ་པའི་ས་བོན་  
 དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལོབཏབ་ནས་འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་ཆུ་ལྟ་  
 གསེ་སྒྲོང་བྱས་ཀྱང་སྒྲ་ལྟའི་སྒྲ་མ་སེར་ཁྲིག་གི་བའི་གྲུབ་  
 འབྲས་ནི་མི་ལམ་དུ་ཟད་དོ། །ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་འཁར་  
 ནས་གསང་ཕུ་དབྱར་ཆོས་ལ་ཐོན། ག་ཚང་གི་ཆོས་ར་  
 དང་། གསེར་ཁྲི། སྒྲིང་བདེ་ཡངས་ཀྱི་ཆོས་ཚུང་བྱེད་པ་  
 ནམས་སུ་ཆག་མེད་སང་ཞིང་སྒྲོ་རིག་ཚུང་ཁྲིད་བྱས།  
 དགའ་ལྡན་འཁར་ཚུ་ག་ཚང་དུ་སྒྲུབས་དེའི་མཁས་གས་  
 ངག་དབང་སྒྲོ་བཟང་སྟེ། རང་ཕྱོགས་གྲ་འགས་ཁ་བདེ་མ་  
 ཟེར་བ་དེ་དང་། དགོ་བ་ཤེས་བུ་ལུ་རྒྱས་སོགས་ལ་ཁ་ཡ་



བཟུང་བའི་ནུས་པ་ཕྱ་ཡང་རང་མཉམ་དག་ལ་ར་ཟེན་ན་  
 ཟེན་བགྲོ་གླེང་གིས་དུས་འདས། དུག་པའི་ཆེས་༧ ནས་  
 དག་ཆེན་དང་བཅས་དེད་ཆོའི་༧ག་ཆང་གྲ་བཞི་བཅུ་སྟེར་  
 ་ཤིང་སྟོང་ལ་བསྟུང་ཆེས་ཁྲིམས་པར་དགོངས་ཞུས་གྱིས་  
 གསེར་ཁྲིའི་ལྷག་སྤང་སྟོངས་དེགས་སྟོ་སངས་ཕྱིན། །  
 ཆེས་༡༠ལ་འཁོར་བས་གྲ་མང་ཡང་འཆར་ཅན་གྱ་ཡངས་  
 བཏང་ཟེན་ཁང་ཆེན་ཁག་འགའ་ཞིག་ཏུ་ལྷ་མོ་འཆམ་པ་  
 དང་། བྲོ་གར་ཕྱིད་པར་ལྷད་མོ་དང་། རང་ཁོངས་གྲ་པས་  
 བྲོ་གར་མི་བཅུག་པ་ལས། འགྲིགས་ཕྱིད་བ། ལྷོ་བས་འཕྱིད་  
 པ་སོགས་ཕྱིད་མོས་ནམ་པར་གཡེངས་སོ། །ཅུང་ཟད་  
 ཉམས་དགའི་དུས་ཐུང་འདི། ཉིན་ཞག་འགའ་འདས་ཡོལ་  
 འགྱུར་བས། ཐུགས་བརྩེ་ཆེ་ལྷན་ཉི་མ་ཁྱོད། དཔྱིངས་  
 དཀྱིལ་ཅུང་ཟད་སྟོད་མཛོད་དང་། དེ་ནས་ཉི་མའི་བུ་ཡི་



གདུང་བ་འགོག་མེད་དུ་ལྷགས་པ་ལྟར་སྒྲིལ་དགའི་སྒྲུང་བ་  
 འདི་ལ་མི་བཟང་བའི་དབྱ་བོ་དུག་པའི་ཉེ་བར་ཆོས་པ་ན་  
 མི་འདོད་བཞིན་སྒྲིལ་ཆུ་བཟལ་རྩ་སྒྲིལ་དུ་སྒྲིབས། གྱི་རྒྱུད་  
 ཆུ་ལ་མི་ནགས་རིའི་ལྷོན་པ་དང་། གསེར་ཁྲིའི་གོང་གི་  
 སྒྲུང་ལྷོངས་རབ་མཛེས་པ། འབྲུལ་མར་དྲན་པའི་ཡུལ་དུ་  
 སོང་ལས་ན། སྒྱི་རྒྱུད་དགའ་བདེ་དེ་ཡི་མཇུག་མ་ཐུང་། དེ་  
 ནས་རྟགས་སམ་གཏན་ཆོགས། ཆུ་མཚན་ལ་ཡང་དག་  
 ལྟར་སྒྲུང་གཉིས། ཡང་དག་གི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་  
 འབྲས་རྟགས་དང་། རང་བཞིན་མི་དམིགས་པའི་རྟགས་  
 སེ་སེའི་མཚན་ཉིད་དབྱེ་བ། རྟགས་ལྟར་སྒྲུང་ལ་འགལ་མ་  
 དེས་མ་གྲུབ་པ་འཕེགས་གྱི་ནམ་བཞག་སྒྲིལ་པ་དང་།  
 རྟགས་རིགས་གྱི་གཞུང་ལྷོང་སྒྲུལ་ཅུ་སྒྲིལ་ཡོད་པ་སྒྲོ་  
 འཛིན་དང་འབྲེལ་དཔེ་བྲིད་དང་ཕྱོད་པ་བྱས། དབྱར་ཆོས་



ཆེན་མོ་ནང་སྐར་གྱི་སྒྲོ་རིགས་སེགས་ལ་སྒྲོ་འཛིན་དང་ཕྱི་  
 རྒྱགས་འབྲེལ་མཁན་རིན་པེ་ཆེར་འཛིན་གྱ་སྒྲོ་འབྲུས་ཞུ་  
 འབྲེལ་གྱིས་རྟགས་རིགས་འཛིན་གྱར་སྒྲོས་འཁོར་བརྒྱན་  
 ཆོགས་ཐེངས་བཞི་དང་། ང་བར་ཕྱི་དཔ། ཉིན་ཆོས་འཛིན་  
 གྱའི་ཕྱི་དཔ། སྐར་རིམ་སྒྲོལ་འཛིན་དང་ཕྱི་དཔ། སྐར་ཆོས་  
 འཛིན་གྱ་ཕྱི་དཔ་བཅས་ལ་ཆག་མེད་སེང་སྒྲེ་རྟགས་  
 རིགས་སྐྱེདས། འཛིན་གྱར་དམ་བཅའ་ཐེངས་མང་བསྐྱེད།  
 བདུན་པའི་ཆོས་འགོར་རང་དང་། བཀའ་བཅུ་བུ་སྐྱེགས་  
 དང་བྱམས་བཟ། སྐྱན་བསེད་དར་དང་དཀོན་མཆོག་  
 འདས་པེ་བཅས་གསང་སྐྱགས་ཁང་པར་དཔེ་མཚམས་  
 སེང་། རྣམ་འབྲེལ་ལེའུ་དང་པའི་ཁྱེ་ག་ག་དཀོན་མཆོག་  
 ཆོས་འཕེལ་གྱིས་མཛོད་པ་དང་། མཐའ་དཔྱེད་མཆོག་  
 ལྷས་མཛོད་པ་གྱིས་པ་ལྟེབ་༩༠སྒྲོར་སྒྲོ་ལ་བེན། བུ་སྐྱེག་



ནས་མཛོད་ཕྱི་གནས་བདུན་བརྒྱད་གནིས་སྒྲོལ་བཟུང་རུང་  
 འཛིན་འཁོམ་མེད་པས་མགྲོགས་པར་བེན་མ་ཐུབ་ཡང་  
 ཡང་བསྐྱར་ཐོས་ཁོ་བོས་ཐོ་རེ་བར་བེན་པ་བྱུང་། དེ་ལྟར་  
 འཁོམ་རབ་ཕྱུང་བཅད་ལྡན་ཁྱུ་ལ་ཡང་དོན་མེད་དམིགས་  
 ཡུལ་ངན་པའི་སྒྲོབ་གནེར་སྒྲིག་པའི་རྒྱར་བཅད་དོ། ཆོས་  
 གཞུགས་མཛོད་ཆོགས་འཁོར་བཅང་སྟེ་དཔེ་མཚམས་གྲོལ་  
 ནས་སྒྲུར་ལོག་ཆུང་ལ་བསྐྱེབས་རྒྱགས་སྒྲུར་ཅིང་སྒྲོ་  
 སངས་ཆོས་ར་ཚུགས། ཆོས་ར་འདྲིར་སྒྲོད་ཆོས་མེད་པས་  
 བྱུན་སྒྲོད་ནས་ཁང་ཆོན་རྩོ་གཙལ་མཐིལ་སྒྲོར་བེན་དཔེ་ཆ་  
 སྒྲོར་འདོན་དགོས་ལ། གང་དག་ཁང་ཆོན་དགོ་ཆུང་སྒྲོས་  
 བསྐྱེར་བེན་ནས་འཛིན་སྒྲོར་བྱེད་པ་པོ་པལ་ཆེར་གྲོལ་རྗེས་  
 རྩོ་གཙལ་ཐོག་དུ་སྒྲོལ་འཛིན་བྱས་པའི་དཔེ་ཆ་བསྐྱར་འདོན་  
 རང་མོས་གྲིས་བྱེད་པ་ནི་བརྩོན་འགྲུས་ཆེ་འཁོམ་སྐུ་བརྩེ་



ཞིང་དག་ཅན་དག་གྱུང་འཁོར་ཏུ་མཉེས་པ་ཡིན་པས། འདི་  
 དག་གི་ཆོ་ནས་དགོས་པ་དེ་ནམས་གྱི་ཆེད་དང་དཔེ་  
 མཚམས་སོང་བའི་ལག་རྒྱུ་སྟོན་པ་དང་སྒྲེ་བེན་བྱ་བའི་  
 ཆེད་དུ་ནམ་ཕྱིད་མ་བེན་ཅམ་དང་ཕྱིད་དང་ཕྱིད་ཡོལ་ཅམ་  
 དུ་ཇི་ལྟར་ཉལ་འགྲོའི་རྒྱུ་ལྟར་ལྟར་དུ་འབབ་པ་ཇི་བཞིན་  
 ཆོག་དོན་གསལ་དག་ཏུ་བསྐྱར་བས་ཆོས་གོགས་པལ་ཆེ་  
 ཆོམས་བཟང་རྒྱ་སྐར་བཟ་བའི་གདོང་ཟླ་ཉ་ཆོས་པ་བཞིན་  
 བཏན་ཏེ། གྲ་ཅན་སྟོང་ཉེ་དག་གིས་ལེགས་པའི་ཇ་སྟེར།  
 གྲ་ཆོགས་སོགས་སྟེལ་བར་བྱེད་མེད་བདེ་དག་འ་མཚན་  
 མེའི་སྟོན་རུམ་ནས་སྟོག་འབྱུག་པ་ཅམ་མོ། ། ཆོས་  
 རེ་ཉེན་དག་ག་དཔེ་ཆོས་རྫོང་དགོན་དུ་ལྗོངས་རྒྱར་སོང་།  
 ཆོས་མཇལ་གྱིས་སྐར་ལྟོག་ ཉེན་བརྒྱད་ཆབ་གཞུག་གྱ་  
 ཡངས་སྟོ་སྟོན་འབྲས་སྐྱངས་ནས་འགྲོད་ཆ་བྱུང་བའི་ཞག་



ལྷག་བཅས་ཕྱིད་མེ་སྒྲ་ཆོགས་པའི་དགའ་བདེ་ཕྱིད། ཆོས་  
 དའི་མཇུག་ལུས་གྱུང་གྲ་ཚང་གཞུང་གི་གཡང་སྒྱུབ་འདོན་  
 སར་ཡོང་དགོས་ཟེར་དོན་གཡང་སྒྱུབ་ལ་སོང་། ཆོས་  
 མཆོམས་སུ་ནམ་འགྲེལ་ལེའུ་དང་པའི་མཐའ་དཔྱེད་སྒྲོ་  
 འདོན་སུ་མཐུད་དང་། ཆོས་༡༧མཁར་འགོ་གོང་མ་དེ་  
 ཆོས་ཞུགས་ལ་འབྱོར། སྟོན་ཆོས་གཉིས་པ་དང་། ཆོས་  
 མཆོམས་ཆེན་མའི་ནང་ནམ་འགྲེལ་ལེའུ་དང་པའི་མཐའ་  
 དཔྱེད་ལྡེབ་བརྒྱ་སྟོར་ཡོད་པ་སྒྲོ་འདོན་དང་དཔེ་བྲིད་བགོ་  
 གླེང་བྱས། འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་སུ་འབྲས་སྦྱངས་གྱི་  
 སྒྱལ་སྒྱུ་ཁག་མང་དང་ཏེ་ཏེར་པར་དངོས་གྲུབ། སྟོ་མང་  
 སོག་པོ་བསྟན་པ། ཉག་རེ་བཟུ་འཁོས་ནམ་རྒྱལ། མེ་སྒྲག་  
 སྟོང་དཔོན། གོ་བོ་སྒྲོ་བཟང་ཡུན་ཆོགས་སོགས་མཁས་པ་  
 ཡོངས་གྲགས་ནམས་དམ་བཅའ་ཆེན་མའི་བཞུགས་



སྒྲུབས་ཀྱང་རྟགས་གསལ་བཤང་མེད་ཅམ་ཡོད། སྒྱི་  
 འབྲེལ་ཚ་འཁོར་གསུམ་ཡང་འབྲེལ་བྱབ། དེའང་དགུན་  
 ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ར་འཆོགས་པའི་ཐང་ཆེན་དུ་བསྐྱས་གྱའི་  
 འཛིན་གྱ་ཁག་ནམས་མ་གཏོགས་པར་གཞན་ཆོར་དམ་  
 བཅའ་བ་ཞེས་གཞུང་དོན་འབྲེལ་པ་པེ་སྒྲོད་ས་རྩོུག་གི་  
 ཁྱི་རེ་ཡོད་ལ། རྟགས་རིགས་འཛིན་གྱའི་ཁྱི་ནི་ཚད་མ་ཆེ་  
 རྒྱང་དང་། དབྱ་ཡར་འདུལ་མཛོད་འཛིན་གྱའི་ཁྱི་ལས་མཐོ་  
 ཞིང་ཡངས་པ་མ་ཟད། གདན་ས་གཞན་ནས་འོང་བའི་  
 སྒྲོབ་གཉེར་བ་དག་ནམ་འབྲེལ་གཙོ་བོར་སྒྲོབ་པར་ལྷག་  
 པ་སོང་བའི་སྒྲོད་ཆོས་དག་བསྐྱོས་བསྐྱོར་གཡེངས་བེན་  
 ཉེ་རང་མེས་ཆོས་རང་སྒྲོད་མཁན་ཚང་མ་དེར་འདུ་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། འཚང་ག་མེད་ཆེ་རྒྱན་འཆར་བྲ་བ་སྒྲོད་གྱ་ཚང་  
 རང་གི་རྟགས་རིགས་དང་ཚད་མ་ཆེ་རྒྱང་འཛིན་གྱའི་ནང་



གི་དྲག་གས་མི་གཉིས་རེ་བསྐྱད་ནས་སྤྱི་ཕྱི་གིས་གཞུང་  
 དོན་འདྲི་བའི་ལན་འདེབས་སྐབས་སྤྱི་མི་འབྲས་ཆོས་  
 འགྲིམ་པ་དང་འཛིན་གྲ་གཞན་ནས་ང་ཡིན་སྐྱམ་པ་ནམས་  
 དངས་བསྟོད་གིས་སྤྱི་ཉིན་ནས་ཉལ་ས་རིགས་སྤྱིར་དཔོན་  
 ལ་བརྟེན་སྤྱིར་གིས་སྤྱིར་ཅིང་། དེ་གས་ལ་གཞུང་གི་དཀའ་  
 གནད་འདྲི་ཉེ་ག་དང་དགག་པ་ནན་ཆེ་བ་རྒྱུ་གིས་བྱེད།  
 སྤྱི་ཀུན་ནས་གོ་དོན་འབྲེལ་བ་ལེགས་ལ་ལན་ཐེབས་པ་  
 མང་ན་མཁས་པའི་སྐྱོན་གྲགས་དང་། ལན་མི་ཐེབས་པ་  
 དང་ཆ་འཁོར་གསལ་མང་པོ་འབྲུལ་ཆོ་དངས་སྤྱིན་བྱས་  
 དཔ་བཏེན་པའི་རང་ངོ་གཞོང་ཞིང་། ཁ་བརྟུང་དངོས་སམ་  
 ཟུར་གཏམ་ཕྱི་པོས་ནམ་པར་དམའ་འབེབས་འཛིན་གྲ་  
 དང་གདན་སའི་ལ་རྒྱ་ལའང་འབྲུ་སེམས་སྤྱི་ཅམ་ཡོད།  
 ཆོས་ཀྱི་ཉིན་ཏེ་ཉོར་སྐབས་མགོན་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཁབ་



ཚན་མཚན་ཡུང་དམ་བཅའ་རང་ཉིད་ཁེར་རྒྱུ་། རྒྱལ་ལྗོངས་  
 ཚེས་༤ཉིན་ཕྱིས་སུ་རྒྱུད་སྟོང་མཁན་པོ་ཡེ་ཤེས་པ་ཉལ་རེ་  
 བཟུང་། འཁོས་ནམ་རྒྱལ་། ཚེས་༧ཉིན་མཚོ་སྐྱེ་སྐྱེལ་སྐྱེ་བཅས་  
 རང་མཉམ་དུ་འཛིན་གྱུ་ཉི་དམ་བཅའ་བསྐྱེད། གོང་སྒྲེས་  
 རྒྱལ་སྐྱེ་གཉིས་དང་ཚོགས་ལང་ཡང་བྱས། དགུན་ཚེས་  
 རིང་ནམ་འབྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་  
 ཚད་མའི་སྒྲེས་བྱར་སྐྱབ་བྱེད་ལམ་གང་ནས་བྱོན་པའི་  
 ལྷགས་འབྱུང་དང་། དེ་ལྟར་བྱོན་པའི་འཁོས་བྱེད་ལ་  
 ལྷགས་ལྟོག་ཅེས་སུ་གྲགས་པ་ལས་ལྷགས་འབྱུང་བྱིས་  
 མ་ལྟེབ་༡༠ སྐྱོར་ཡོད་པ་སྒྲོ་ལ་བེན་ཅམ་རྩ་སྟོང་དུ་ལྟོག།  
 རང་ལོ་༡༠ མེ་སྐྱེལ་གནམ་ལོ་གསར་དུ་ཚེས་པར་བླ་  
 མཚོད་ཚོགས་ལཁོར་དང་། ཚེས་གསུམ་སྟོན་ལམ་ཆེན་  
 མོར་བྱོན། དག་གན་སྐྱེལ་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱོགས་མཇུག། ལོ་



དེད་སྐྱུག་གི་ཐོག་། འག་མུན་ཁུང་དབང་ཆེན་གཞན་ཞིག་  
 གིས་བདག་སྤྲད་ཆུན་ངན་གྲོགས་། འག་སྐྱུགས་པའི་ཁང་  
 བ་སྤྲད་པ་ཞིག་ཏུ་གནས་ཆང་བཅས། སྒྲོན་ལམ་དེ་སྒྲོན་  
 བ་ལམ་དེ་ནས་བྱོན་པའི་། འཤམ་བྱེད་ལྷགས་སྒྲོག་གི་  
 གཞུང་ལྷེབ་། ཨ་མྲུལ་ཡེད་པ་སྒྲོ་ལ་བཟུང་། ར་སྒྲོད་དུ་  
 འབྱོར་འཕྲལ་ནམ་འབྲེལ་ལེའུ་དང་པའི་ཙུ་བ་བསྐྱབ།  
 དཔྱིད་ཆེས་དང་པེ་ཚུགས། བསྐྱས་གྲུང་དཔེ་བྲིད་ཚུད་པ་  
 དང་བཙུན་གྲིས་མ་འདྲེད་ཡེད་པ་བསྐྱར་དུ་རྟོག་ཞིབ་  
 བཅུག་ཅིང་འཛོན་གྲ་ཆད་མ་ཆེ་བར་སྒྲོས། དེམ་གྲིས་  
 དཔྱིད་ཆེས་དང་པེ་དང་ཆེས་མཚམས་བཅས་འདས་ཏེ་ཟླ་  
 འག་བ་ན་གསང་ཡུར་སྐྱབས། ཆེས་༡ ཨ་གྲི་བར་གསེར་  
 བྲིར་དམ་བཅའ་འཛོག་མཁན་ཆོགས་རྒྱུགས་དག་བ་འཤམ་  
 ཞེས་པ་དཔེ་ཆའི་གོ་རྟོགས་ཞན་གས་ལ་བརྟེན་མཐོང་ཆུང་



ངམ་དང་ཐོག་ལྷོང་མི་འཇགས་པ་ལྟ་བུས་འགར་ཕྱིར་  
 མཁས་པ་ནམས་མི་ཡོང་བས་ཡོངས་མ་ལམ་དུ་འདས།  
 ཆོས་ཀྱི་ནས་ཉིན་ལྔ་རིང་དགའ་ལྡན་འགར་ཕྱིར་གསེར་བྱི་  
 དགོ་བ་ཤེས་དམ་བཅའ་བཞག་སོང་བར་ཉིན་རེ་བཞིན་  
 བསྐྱས་བྱ། རྩོམ་ཆགས། ནམ་འགྲེལ་སོགས་ལས་དགའ་  
 གནད་དང་གྲངས་འདྲིན་འདྲི་བའམ། དབྱུགས་མའམ།  
 ཡིན་མིན་ཇི་ལྟར་ཁས་བླངས་བྱང་བཞག་དཔྱད་གཞིར་  
 བྱེད་འདི་འཕེན་གྱི་འཆར་གཞི་སྒྲ་ཚུད་ནས་བཞེད་དེ།  
 དེས་འགར་ནི་འགར་ཕྱིར་དམ་རྒྱབ་པ་མཁས་རྩོམ་ལྟ་བུ་  
 ཅུམ་གྱིས་བྱང་ལན་འཕྲལ་དུ་མ་ཐེབས་པས་ཐུར་སྐྱོད་བྱ་  
 བེ་དང་བཅས་ཆ་ལྷོང་དེ་བའི་ཐལ་མེ་ན་བའི་འགམ་དམ་  
 དུ་བརྟེན་ནས་དམའ་འཕེབས་པའི་ཆོག་གིས་མནན་  
 ཆོག་པ་དང་། ཡལ་ཆེར་དུ་དག་དབང་རྩོམ་བཟང་བྱགས་



རིགས་བཟ་བ་དང་། བུ་ལུ་རྒྱས་མཐོང་རྒྱ་ཆེ་བ་བཅས་  
 དཀའ་གནད་དང་གྲངས་འདྲི། དཔྱགས་མའི་ཇི་བཞིན་  
 དཔར་འཁོས་ཏེ་ལན་བཏབ་པས་ཏུགས་གསལ་སྟོ་བའི་ག་  
 མ་འགྲིགས། སྒྲ་མའི་འཕྲོ་ཆད། གཞོད་བྱེད་ལབ་རྒྱུ་ཡང་  
 ཟད་དེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་བུལ་མིག་ལྟོག་བཞིན་འགྱུར། སྟོང་  
 འཕགས་དབྱགས་སྟེར་བཟངས་པ་འང་ཐེངས་མང་བྱུང་ངོ་།  
 གྲ་ཚང་གི་ང་བར་ཕྱིད་པ་དང་། བྱང་ཆེས་ནམས་སུ་ནི་  
 རང་ཁོངས་དྲག་གས་ནམས་ཟླ་གྲོགས་སུ་སྟོན་ཏེ་ནམ་  
 འགྲེལ་དང་། སྟོང་བདེ་ཡངས་དམ་བཅའ་འགར་ཕྱིར་ཁེལ་  
 བ་ན་ནམ་འགྲེལ་ཏུགས་གསལ་ཆག་མེད་བཏང་། ལར་  
 གསེར་ཁྲི་དང་། སྟོང་བསྟེ་གཉིས་ཀར་ཡང་དོ་ཁྲིའི་སྟོང་  
 དམ་བཅའ་བ་ཞིག་སྟོང་པ་ཅམ་ལས། དམ་རྒྱབ་གྲ་ཚང་  
 ཁབ་གཉིས་མཁས་གས་སུ་ཡོད་ནས་བྱེད་སྟོལ་གཞུང་



དེན་འགྲེལ་བ་པོ་དམ་བཅའ་དེ་ལན་མི་ཐེབས་གྲ་ཚང་  
 དེས་ལན་མི་ཐེབས་པ་དང་། དགག་སྐྱབ་གྱི་རྟགས་  
 གསལ་མ་སོང་ན་གྲ་ཚང་དེས་མ་སོང་བ་ཡིན་སྟབས་  
 ལར་འཆོའི་ལུ་སེམས་སྟོབ་གཉེར་བ་ཀུན་ལ་ལྟེ་ཞིང་།  
 སྟོང་གྱི་སྒྲིང་བདེ་ཡངས་སུ་ནི་སྒྲིག་གཞོན་ལས་སྟེ་ཡང་  
 མེད་སྟབས་དམ་བཅའ་བ་དང་། རྟགས་གསལ་གཉོང་  
 མིའི་གྲ་མ་འགྲིགས་རིགས་ལ་ཕྱོགས་སེ་སེའི་གྲ་པས་  
 ཆོག་ཕྱོབ་དང་རྟ་སྒྲིག་སྟབས་ཆགས་སྟངས་རྟ་ཅང་ཆེ་  
 བས་བདག་འདྲ་ནམས་རིགས་པའི་གཞུང་ལྷགས་སྟངས་བ་  
 མ་ཡིན་པར་ཕྱག་དོགས་དང་ཁོང་ཁྱོད་བ་ལྟ་བུ་ཡོད།  
 ཆོས་ལུནས་གྲང་ཉིན་ལྟ་དམ་བཅའ་འགར་ཕྱི་དང་། ཆོས་  
 ༡༤ནས་ཉིན་ལྟ་རྟ་སྟངས་ལ་འཁེལ་ཡང་གྲ་ཚང་དེར་  
 མཆོན་ཉིད་ཕྱོད་གྲ་ཉམས་པས་དམ་སྐྱབ་འགར་ཕྱིར་བཅོལ་



མེད་། ལོ་འདིར་གསེར་བྱི་པར་རང་ཕྱོགས་རྟགས་གསལ་  
 གཏོང་མཁན་ཁོ་ན་ལས། ལན་འདེབས་པ་པོ་ལ་གཞུང་  
 དོན་འགྲེལ་བ་པོ་ལ་དམ་བཅའ་བ་མ་དགོས། འོན་ཀྱང་  
 སྒྲུལ་ན་རང་གི་གྲ་སར་འཕྱ་བར་འགྲོ་མིད། དབུ་པར་  
 འདུལ་མཛོད་ནས་རྟགས་གསལ་གང་ཞིག་བཏང་ཡང་།  
 ངག་དབང་སྒྲོ་བཟང་དང་བུ་ལུ་རྒྱས་སོགས་འགར་ཅེ་  
 མཁས་པ་མང་པོས་ཐེངས་མང་རྟགས་གསལ་རྣམ་པར་  
 བཅད་ཅིང་བཅད་ནས་བྱེད་ཅག་ཡུལ་དགོན་པ་ཡིན་ལ།  
 དེ་ནི་གདན་ས་པའོ། དེས་ན་འདི་ལས་ཅི་འོངས་ཞེས་  
 དྲགས་པས་འགྱུངས་འཁོར་བྱེད་ལ་བགད་ས་གཡོ་བ་ལྟར་  
 བྱེད་པས་ཁོང་ཁྱོད་མི་དཔྱད་འབར་ཡང་། དབུ་པར་འདུལ་  
 མཛོད་ནི་མི་འཁོར་རྣམ་འགྲེལ་བཞེས་ལ་སྒྲུ་བ་འགད་  
 པ་ལྟར་ཞིག་ལས་ལན་འཕྱོད་པ་མ་བྱུང་ངོ། ། རྟག་ལྟེ་



བད་ལ་སྒྲན་པའི་རྒྱལ་པོ་དེས། ། དབྱུང་མཆོག་ཐོས་  
 བསམ་སྒྲེམ་པར་ལེགས་བསྐྱབས་བྱང་། ། མ་རུང་བདག་  
 རྒྱུད་ཀྱན་དཀྱིས་ཟུག་གཟེར་གྱིས། ། ཕྱིར་ཞིང་མནར་འདྲིར་  
 གསེ་ཐབས་གང་ལས་འཛོལ། ། ལེག་སྦྱོང་ཆགས་སྒྲང་  
 སྦྱོང་བའི་གཞོན་ནུ་དེའི། ། འབད་བཙུན་ལྡ་ཆ་ཅམ་ཞིག་  
 དང་གི་དུས། ། དམངས་ཀྱི་ཁི་ཡན་སྒྱུབ་པར་ལྷགས་སྦྱིད་  
 བ། ། རྒྱབས་ཆེན་དར་དམར་གཟེངས་བསྟོད་ཐོབ་པ་སྟམ། །  
 དབྱར་གཞུང་དགའ་སྦྱོན་དཔལ་ཆེན་མི་སྦྱོང་བའི། །  
 མཁྱིས་སྒྲན་སྒྱུབས་དང་ཅུག་ཆོས་མེ་ཏོག་ལྟར། ། སྒྲ་ལ་  
 འཕྱི་བའི་བདག་ཅག་རྒྱས་ལྷགས་ཀྱི། ། ལང་ཆོ་དུས་མིན་  
 ཞིག་ཏུ་བད་འདི་སྦྱོ། ། གང་ཞིག་གསེར་སྦྱོང་རིན་ཆེན་རྒྱན་  
 སྒྲས་སྦྱོང། ། ག་ཤང་གཅི་གསེག་དང་འདྲིར་བའི་སྦྱོང་  
 བས་ནས། ། དུས་ལ་བབ་ཆེ་སྒྲོ་དང་བཙུན་འབྱས་ཀྱི། ། ཡོ་



ཆས་དུག་ཅུའི་བབས་བྱ་ཁུར་པེས་མནན། ། སྒྲན་མཆོག་  
 དུག་ཏུ་ལྷོག་གུར་ཅིང་། ། ལྷ་དག་བདུད་དུ་བབས་པ་ནི། །  
 སྒྲལ་ངན་དུས་ཀྱི་འགལ་བ་འདི། ། བདག་རྒྱུད་ཁྱིམ་འདིར་  
 རིང་ནས་ཡིབས། ། དེགས་གཞུང་བཟློག་ཁ་འག་  
 གཏམ། ། རྒྱལ་པོ་དག་ལ་ཅེ་གཅིག་པའི། ། གཞོན་ནུ་དེ་ཡི་  
 རུས་འཁྱགས་གུན། ། སྤྲོ་ག་འབྱེད་པའི་ཕྱོགས་སུ་བཏང་། །  
 གྲ་སའི་སྒྲིག་ཁྱིམས་དམ་དོག་སྦྱར་ལྷོས་ན་གསང་ཕུ་འདི་  
 གྲ་ཡངས་དང་མཚུངས་པ་ཡིན་མེད། བྱིས་པ་ནམས་  
 འདོད་པ་ལ་ཆོག་མི་འཁེས་པ་ཡིན་པས་ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ཆོས་  
 དུག་ལ་འཁོར་སྦྱོང་ལ་བསྐྱེད་བཏགས་འག་ཚང་གྲ་བ་  
 བཞི་བཅུ་སྟོར་གསང་ཕུའི་ལུང་སྒྲུག་ཐུབ་པ་དེ་ཡི་དེ་སྟོང་  
 ལྷུང་བཟེད་ཁ་ཟེར་སར་སྦྱོ་སངས་ཕྱིན། ཆོས་བརྒྱུད་ཐུབ་  
 པ་དེ་འགོར་ལྷ་བསངས་བཏང་། ཟད་མི་བྲ་བའི་ཞག་



འདས། ཆོས་ཀྱི་རྩ་མེད་དུ་སྒྲེབས་སོ། ཆོས་མཆོམས་སུ་  
 རྣམ་འབྲེལ་ལེ་ལུ་གཉིས་པ་སྒྲོ་འདོན་དང་འབྲེལ་བྲིད་ཉིན་  
 གཉིས་རེའི་མཆོམས་ཁང་ཆོན་རྟོ་གཙལ་དམ་བཅའ་  
 བཞག་སར་རེས་འཁོར་བླ་ཆོན་རྣམས་ལ་རྟགས་གསལ་  
 ཡུལ། དུག་པའི་ཆོས་འཁར་དབྱར་ཆོས་ཆོན་མེ་ཚུགས་  
 འཁོར་བཅོ་ལྔ་དག་ཚུལ་སྒྲོང་གི་ཚུལ་འཁོར་བྱངས། ཕྱིར་  
 རང་སྒྲུ་བར་དབྱར་ཁས་ལེན་བཅས་ཕྱིས་བར་རིགས་འབྲེ།  
 གྲུ་ཆོང་གི་ཆོས་སྒྲོང་འདོན་པ་རྣམས་རྟགས་གསལ་སྒྲོབ་  
 མཁན་ནས་སྒྲོ་ལ་བཟུང་དགོས་པའི་སྒྲིག་བཅས་མེད་རུང་  
 འདོན་དབྱངས་སྟོན་པེས་དག་བཅད་མི་དགོས་བྱུང་སྒྲུར་  
 མ་བསྒྲུབ་པ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་བསྒྲོང་པ་རྗེ་རིན་པེ་ཆོས་  
 མཛོད་པའི་བསྒྲོང་སྒྲིན་གྱི་མཆོ་དང་། རྗེ་བསྒྲོང་ཡུན་ཆོགས་  
 མ། འཕགས་བསྒྲོང་སྒྲིགས་གྱུན་འདོན་ཆོས་སྒྲོང་པལ་ཆེར་



ཞར་དུ་སྒྲེ་ལ་བཟུང་། བདུན་པའི་ཆེས་འགོར་རྟགས་  
 རིགས་སྒྲེར་དཔེན་བསེད་ནམས་ཆེས་གྲགས། སྒྲུན་འདས་  
 དེ། དགོན་མཆོག་བཅས་ཡང་དགོན་རི་བྲོད་འཕགས་པ་  
 ལྷ་ཁང་དུ་དཔེ་མཆོམས་བྱིན། ནམ་འབྲེལ་གྱི་འབྲེལ་པ་  
 རྒྱལ་ཚབ་རྗེའི་གསུང་ཐར་ལམ་གསལ་བྱེད་གྱི་དབུ་ནས་  
 ལྷེབ་༥༠སྟོར་བེན། འདིར་ལྷེབ་༩༩༠སྟོར་ཡོད་པ་ཐམས་  
 ཅད་སྒྲེར་འཛིན་ཐུབ་མིན་རུང་། དབུ་ནས་བྱོགས་སྒྲེ་དང་།  
 སྒྲེབ་དཔེན་དབང་ཕུག་སྒྲེས་རྟགས་མི་མཐུན་བྱོགས་ལ་མ་  
 མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་ལྷོག་བྱུང་བྱུང་པར་འདོད་པའི་ནོར་  
 འབྲུལ་དཔལ་ལྷན་ཆེས་གྲགས་གྱིས་བཀག་པའི་ལུང་  
 འགལ་དང་། སྒྲེ་དང་རྟོག་པ་ནམ་སེལ་འཇུག་ཏུ་སྒྲེབ་པའི་  
 སྟོར་བཞེ་སྒྲེད་འཚྲུབ་ཙམ་ཡོད་པས་ཡིན། ཉེར་བདུན་ནས་  
 དཔེ་མཆོམས་གྲོལ་ཞིང་ཉེར་དགུར་དགག་དབྱེ་དང་



འབྲེལ་ལྗོངས་རྒྱ་དང་ཆབ་གཞུག་ཉིན་བརྒྱད་གུང་སངས་  
 སྒྲི་སྒྲིན་ལ་རེལ། ཆོས་༡༥ལ་ལུང་རྟོགས་ནོར་བུའི་མཛོད་  
 འཛོན་བཤམ་ལྟ་བུ་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་། དཔལ་ལྷན་ཟླ་མ་  
 དམ་པ་སྐྱབས་རྗེ་པ་བོང་ཁ་མཆོག་སྒྲིན་གྲོང་གཟིམས་  
 འགག་གིས་ཡང་དགོན་རི་ཁྲོད་དུ་གདན་དྲངས། གྲུ་བྱིངས་  
 མཁན་པོས་དགོངས་པ་མ་གནང་རུང་རེད་ལ་དམིགས་  
 བསལ་བྱུང་བ་བཞིན་བདེ་ལམ་གྱི་ཉམས་ཁྲིད་སྤུལ་བ་  
 ཞུས་འཁོར་། ཆོས་༡༥མཆོག་བསྐྱེད་མཛོད་དེ་གྲོལ། ཆོས་  
 ལྷན་སྐྱེས་ནམ་འབྲེལ་ཚོད་མ་རིགས་པའི་སྒྲོར་སྒྲོབ་བྲལ་  
 སོད་བྲལ་གྱིས། བཀའ་བར་པ་མཆོན་ཉིད་མེད་པའི་ཆོས་  
 འཁོར་འཁོར་ཕྱིན་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱེས་གསུམ་གྱི་སྐྱེས་དོན་  
 མཛོན་རྟོག་རིམ་པ་གསལ་བྱེད་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་  
 པོས་མཛོད་པའི་མཛོན་རྟོགས་རྒྱན་བསྐྱབ་འགོས་རྩྱགས་



འཁོར་། མཁན་པོར་ཞུས་འབྲེལ་པར་ཕྱིན་འཛིན་གྱར་  
 འཕར། ཆོས་༡༤ཉིན་ཟིན་ཏེ་མངོན་རྒྱན་དོན་འབྲེལ་པཎ་  
 ཆེན་བསེད་ནམས་གྲགས་པའི་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་  
 གི་སྡེས་མཛད་པ་ལྟེན་པའི་མཛོག་ཆེན་ཉིས་བརྒྱ་བཅུ་  
 གཅིག་ཡོད་པ་དེ་སྟོ་འཛིན་གྱིས་དཔེ་ཁྲིད་ཅོད་སྦྱངས་བྱ་  
 བར་ཞུགས། སློན་སྟེའི་ནང་རང་དང་སྦྱོན་འདས་པོ་ཆེན་  
 བུམས་པ་བཟུ་འགྲེལ། ཨ་དོན་མ་བཅས་དཔེ་མཆོམས་ལ་  
 ཕྱིན་པའི་ཕར་ཕྱིན་སྟེ་དོན་ལྟེན་ལྟ་བུ་སྟོར་ཟིན། མགོ་སྟོ་  
 འགར་ནས་འཇང་ངམ་འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་སྟེ་ཕྱོན།  
 ཆོས་༡༡ཉིན་ནམ་འབྲེལ་དམ་བཅའ་བསྒྲུད་པར་མཁས་པ་  
 མང་པོས་བལ་ལས་བྱེད་པ་བཞིན་ནམ་པར་འདབས།  
 བསེད་ཅིང་འགད། ཆོར་བཅད། ཉིལ་ཉིལ་པོར་བྱས། ཉིར་  
 གསུམ་དང་ཉིར་བཞིའི་པོར་ཆོས་གཞུག་དམ་བཅའ་ཆེན་



རིམ་ནས་སྒྲིང་དགོས་འདོད་། རིགས་སྒྲིམ་མང་པོས་གཞུང་  
 པོད་ལུ་གང་ཟིན་ནས་གཞུང་དོན་འདྲི་ཞིང་བཟུལ་བའི་ཆོ་  
 རང་ཁོངས་གྲུ་ཚང་གི་དཔེ་ཆ་བ་དྲག་གས་ཀྱན་ནས་དམ་  
 རྒྱུ་གྱིས་ལན་མ་ཐེབས་པ་དང་ནོར་འབྱུལ་ལ་དེ་ཆོ་  
 ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་ཁུར་ཀྱན་ལ་ཆེ་བས་དེད་ནས་གྱུང་ནམ་  
 འགྲེལ་དང་། ཡར་ཕྱིན་དཔེ་བྲིད་ཟིན་མཚམས་མན་རྟགས་  
 གསལ་ནམ་གྱུང་ལ་གདོང་ལེན་གྱི་ལུར་སྒྲངས། འོན་གྱུང་  
 དཔུ་ཡར་དང་། འདུལ་མཛོད་ལ་དེ་དག་གིས་ཅི་བྱེད་ལས།  
 ཡར་ཚར་བཅད་པའི་ནུས་པས་འགྱུ་རྒྱུ་པོངས་སྒྲུབས་ཁོང་  
 ནམ་པར་གདན་ས་པའི་མིང་དོན་དང་ལྡན་པ་ལྟ་བུས་རྩ་  
 བ་སྒྲིང་པར་ཡུལ་དགོན་ཞེས་བརྟུས་པའང་ཕྱོགས་གཅིག་  
 ནས་བསམས་ན་དགོངས་དག་གོ ཟླ་སྟོང་ཉིན་ལྷུང་དང་  
 མཚན་ལྷུང་ནམས་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲིང་དང་། མགོ་སྒྲུབ་འཁར་བའི་



ཆོས་ལྟར་ཏེ་ཉེར་བཀའ་འགྱུར་བླ་མ་དང་ཆོས་དགུར་སེག་  
 དེ་ཆོས་གྲགས་དང་ལྟན་ནམ་འབྲེལ་དམ་བཅའ་བསྐྱེད་དེ་  
 དང་པོ་རང་། གཉིས་པར་ཁོང་ནས་གཙོ་འགན་བླངས། གྲ་  
 ཚིང་མཚན་ཡུད་དང་ཆོག་ས་ལངས་སེགས་གྱི་ཀུན་སྦྱོང་  
 ལྟར་བཞིན་ཆོས་༡༥ཉིན་རྩ་སྦྱོང་དུ་སྒྲིབས་པ་དང་། ཉེར་  
 ལྟ་ནས་ལོ་གསར་གྱི་ལངས་བཅས་ལྟར་བཞིན་ནོ། རང་ལོ་  
 ཉེར་གཅིག་པ་ས་ཏྲ་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཉིན་འབྲེལ་  
 ལྟ་མོ་དང་བསེ་བྲབ་པའི་བསྐྱེད་གསེ་ཆོག་ས་འཁོར་  
 བཅས་ཡུལ་ཏེ་ཆོས་༡༥ཉིན་སྦྱོན་ལམ་ལ་ལྟ་ལྟན་དུ་སྒྲིབས།  
 དག་ཅན་སྒྱུ་ལ་སྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་སེགས་མངལ། གསལ་ཆོས་  
 རྩ་བར་ཏྲ་གས་གསལ་ཐངས་རེ་གཉིས་བཏང་སྒྲིབས། ལྟན་  
 བསེད་དར་འདས་པོ་འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་ནས་ནད་  
 མནར་ལྟ་ལྟན་དུ་ཐོན་པ་སྦྱོན་ལམ་རིང་ཇི་ཐུར་གྱུར། གྲོལ་



མཚམས་རྩ་སྟོང་དུ་དགོ་ཆེན་ཆོས་ལྡན་ཅན་ག་ཤེགས་  
འཁོར་སེམས་ཁྲལ་འཁོར་ཏུ་སྟེ། གོང་པོ་ཅུ་ར་ཆོས་མཛོད་  
སྟོན་པས་ཚད་ཉིད་བྱེད་བ་དང་། ཁྱེད་ཞི་བཟང་དམ་པས་  
དཔུ་ཆུར་ངོས་འཛིན་པ་བཅས་འཆོ་སྟོན་ཡང་ནམ་གཉིས་  
སྟུ་ཟུར་འཁོར་ཏེ། ད་ལྟའི་འཕྲོད་བསྟེན་པ་ལྟ་བུའི་མགོན་  
སྟབས་འཁོག་བཞུགས་ཡོད་ཆོ་རུང་ལས་ལོ་ན་གཞོན་པའི་  
ཏང་དང་མི་དམངས་ཀྱི་ཞབས་ཞུས་པ་ཞིག་ཡོད་ཏུ་སྟོན་  
སྟབས་སྟུ་སྟོང་ལ་ལྟར་ངེས་ཟུག་ ཆོས་འཁོར་གས་མཛོད་  
དུ་ཐོན་ཅིང་། ཉེར་དགུའི་གཏོར་རྒྱུ་དང་སེར་སྟོང་སེགས་  
བཟུངས་ཏེ་སྟུར་ལྟོག་དཔྱིད་ཆོས་གཉིས་པ་ནང་པར་ཕྱིན་སྟེ།  
དོན་བཟུང་བྱིད་ཅོད་གསུམ་སྟུ་ཟུར་ལ་ལྟ་ལྟན་དུ་དགོ་  
གན་སྟུ་ལ་སྟུ་དམ་པ་ཅུང་ཟད་བསྟོན་པར་དེ་ཉིད་བྲག་ཇེ་  
བརྒྱད་པ་ཆེན་པོས་རིགས་བདག་ཏུ་བཞེས་སུས་བཞེན་



བྱེས་བྲག་ལྷ་གཞུང་ནས་བརྟན་བཞུགས་ཡུལ་བའི་ཚྭ་གས་  
 དབྱར་ཡོང་དགོས་ལྷག་བྱེས་ཕེབས་དོན་བཞིན་དེར་བཅད།  
 ལྷ་གྲ་བརྟུང་བྱེས་སྒྲོལ་དགར་ཆོ་སྦྱིན་ཡོད་བཞིན་འཁོར་  
 ཡོའི་སྒྲོ་ནས་བརྟན་བཞུགས་ཡུལ་བ་དང་། ལུ་མཐུང་བྲག་  
 ཁོངས་ཀྱི་འགར་པ་ཆོས་རྗེ་སྒྲོ་བཟང་སྟན་གྲུ་ལའང་བྱེས་  
 བྲག་ལྷས་བརྟན་བཞུགས་ཡུལ་སོང་བའི་ཚྭ་གས་དབྱར་ཕྱིན་  
 ཉེ་སྡེ་རྗེས་གཉིས་གར་ཆོད་མདོག་མརྟུལ་བ་འགར་པ་རྒྱས་  
 ཅོམ་བྱས།

འགར་པར་མཆ་བ་འགར་གསེལ་འདེབས་སྐབས་རྗེ་  
 རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་རྒྱལ་ཚབ་ཏུ་དགའ་ལྡན་གསེར་གྱི་བྲི་  
 འཕང་མཐོན་པོར་ཞབས་སེར་བཀྲ་འཁོས་གྱི་རེ་ཁྲ་མདོན་  
 པར་བཞེད་དེ། བརྟན་འགྲོ་སྦྱི་སྒྲོལ་ལ་སྦྱན་ཡོན་ཡབ་རྗེ་  
 འཇམ་དཔལ་སྦྱིང་པོ་ཉིད་དང་མཚུངས་པའི་འཁོར་ལོ་



གསུམ་གྱི་མཛོད་འཕྲིན་མཐར་མ་ཕྱིན་བར་དུ། ཞེས་ངོ་  
 དགའ་ཞུས་པར། ཆོག་གྲུ་གྲོལ་བསྐྱུན་བཞུགས་གྲུལ་  
 གནང་བའི་བཀའ་ལས། བྱིད་གྱི་བཛོད་བྱ་ལས་འགན་  
 ལྷེའང་དུས་ཆོད་ཟེར་སྐྱངས་ཅུང་ཟད་འཆོམས། དེ་མིན་  
 བསྐྱལ་པ་ཁྱི་ཕྱག་ནས་ཁྱི་ཕྱག་ ཁྱི་ཕྱག་ནས་ཁྱི་ཕྱག་ཟེར་  
 བ་ན་བར་འགྲོ་བའི་སྐད་ཆ་མ་རེད་གསུང་ཞལ་ཅེད་མཛོད།  
 ལྷོག་ཏུ་མང་པོར་རྩ་སྟོད་གདོད་ཀོད་སྐྱལ་སྐྱུ་མཁས་པ་  
 ཞིག་ཡོང་བར་འདུག་ཅེས་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་གསུངས་  
 ཕྱོན་པས་དོན་སྟོང་གྲགས་སྐྱམ་ས་དེའི་ཁྱུར་པོ་རྒྱ་གང་  
 ཅོམ་གྱི་འཕར་སྐྱོན་ཐོབ། ཉེར་ཐམ་སྐྱོར་སྐྱར་འབྱོར་ས་ལྗེར་  
 གསང་ཕུ་དབྱར་ཆོས་ལ་ཐེགས། ཆོས་༡༡ནས་ཉི་མ་ཐང་  
 གྲུ་ཆོད་གི་གསེར་ཁྱི་དག་བའེས་གྱི་དམ་བཅའི་རྒྱུ་རྟོ་  
 པ་རྒན་བྱམས་པ་བཀྲ་འེས་ཞེས་སྐབས་དེར་རྩ་བ་སྟོད།



དག་བཤེས་མ་འཁོར་གས་ཀྱི་དེ་དྲག་ཁོངས་ཁོང་དང་  
 དེད་གཉིས་ལ་བཅོལ་བར་གཙོ་འགན་ཁོང་གིས་ཁྱར་  
 ཡང་ནམ་འགྲེལ་དང་པར་ཕྱིན་དཔེ་བྲིད་ཚུད་པ་སོང་བ་  
 ནས་ཉམས་གསལ་བྱུང་རིགས་ལ་ལན་གང་འཚམས་  
 བཏབ། ཆོས་༡༤ནས་ཉིན་ལྔ་གསེར་བྲི་དམ་བཅའ་རྩ་སྒྲིང་  
 ལ་ཁེལ་ཡང་དེར་ཚུད་གྲ་ཉམས་ཏེ་མིང་ཅམ་གྱི་དག་  
 བཤེས་བཞག་པར་སོང་བའི་དམ་ཁྱབ་གྲང་རང་ཁོངས་  
 གན་བྱ་འཁོར་ཞེས་པའི་མཁས་པ་དང་དེད་གཉིས་ལ་  
 བཅོལ་བར་ཡང་གོང་དང་མཚུངས། ནམ་སྒྲིང་སྒྲིང་བདེ་  
 ཡངས་སུ་ཉམ་ཕྱིན་རྩ་སྒྲིང་དམ་བཅའ་བ་ཡིན་ཆོ་དཔེ་ཆ་  
 བསྐྱབ་ཟིན་ཡན་གྱི་དམ་ཁྱབ་དང་། ་ལར་ཕྱིར་དམ་བཅའ་  
 ཁེལ་ཆོ་རྟེན་གསལ། ཆོས་༡༠སྒྲུར་ཡང་རྒྱ་ཁེལ་གསེར་  
 བྲི་དག་བཤེས་རྩ་སྒྲིང་དང་། དམ་ཁྱབ་དགའ་ལྔན་ལར་



ཕྱིར་བཅེལ་སང་གི་ཉིན་ལྟ་ཚང་མར་བགྲོ་བྱེད་ཡུལ་ཞིང་།  
 སྟོན་ཟླའི་འཁོར་སྟོང་གུ་ཡངས་སེཌ་འཆར་ཅན་ཐོག་རྩ་  
 ཉོད་དུ་ལྡོག། དབྱར་ཆོས་ཆེན་མོ་ནང་སྟུ་མུས་བཞིན་པར་  
 ཕྱིན་སྟེ་དོན་འཇོག་བྱིད་ཕྱིད་གསུམ་གྱིས་བཅོ་ལྟར་ཚུལ་  
 འཁོར་དང་ཕྱིར་ནང་དབྱར་ཁས་བླངས། ཆོས་༡༤ཉིན་  
 མཁར་འགོ་གོང་མ་དེ་ཞི་བར་ག་ཤེགས། ཆོས་  
 ༡༥དབང་ཆེ་སེགས་གཞིས་དགོན་གྱི་འབྲུལ་པ་འཕྱོར་  
 ཞིང་བཀའ་བཅུ་ཉི་མེད་བཀའ་སྒྲུང་རྒྱུ་གྱི་སྟེག་ བདུན་  
 པའི་ཆོས་ ༡༦ནས་བཀའ་བཅུ་ཉི་བ་འད་པ་བཟུལ་ཐོན་བྱ་  
 སྟུམ་ནང་སྟོང་ལ་འབད། འདི་དག་གཉེན་སྟུམ་འཇུག་ཆོན་  
 སྟེག་པའི་དོན་མེད་ཁུར་པེ་ཡིན། ཆོས་༡༧མཆོད་བཞེངས་  
 དང་། ཕྱིར་ནང་གྲུ་མང་ལ་གསེལ་ཇ་འཆོར་ཐེངས་དགུ་  
 དང་འབྲས་བུག་སྟུ་འབྱེད་སེཌ་ཡུལ་ནས་ཇ་བཅུ་བདུན་



རིང་བ་ལྟ་བུ་ལ་བྱས། ཆོས་ཀྱི་ཉན་ཉག་རེ་ཁང་ཆོན་  
 གཞུང་ནས་གདན་ཞུས་བཞིན་བྱས་ཇི་ནི་མེན་ཉན་བརྒྱད་  
 ང་ཆོན་པོ་རྩ་སྟོང་དུ་ཕེབས། ཉན་གསུམ་རིང་རང་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱག་བསྟར་གསེར་བྲིས་མའི་སྟོང་ནས་མདོ་སྡེ་བསྐྱེད་  
 བཟང་གི་ལྷན་ལུང་གནང་བ་ལྷ་མང་དང་ལྷན་ཅིག་ཐོབ།  
 གནམ་གང་ཉིན་འདྲེ་ཕྱིས་དགག་དབྱེ་གསེ་སྟོང་བྱས་ཏེ་  
 ཆབ་གཞུག་ཉིན་གསུམ་འཕར་འཇོག་ ལྷ་མང་ནས་བྲོ་གར་  
 ཕྱོད་མའི་གཟེར་མེ་སྒྲ་ཆོར་ཡུལ་སང་ཞིང་། གྲོལ་ནས་ཇི་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱག་བསྟར་གསེར་བྲིས་གཟུངས་འདྲས་པོད་  
 གཅིག་དང་། རིམ་པར་རིང་ནས་སྒྱུན་བདག་ཞུས་ཏེ་ཆོད་  
 མ་ཀུན་བརྟུས། མཛོད་ཅུ་། མདོན་འོར་རྒྱ། སྒྲ་བདུན་པའི་  
 འོད་ཆོག་ བསེ་ཁབ་བསྐྱངས་གསོ། སྒྲོན་ལམ་ནམ་དགུ་  
 སོར་ཆོས་སྟོང་། ལྷ་མ་མཛོད་པའི་ལུང་བཅས་ལྷ་མང་དང་



མཉམ་པོར་ཞུས། ཆོས་འཇུགས། སྐབས་ཇི་མཆོག་ལྟ་  
 ལྟ་དུ་སྤྱོད་བཞུགས། ལྷ་བ་དགུ་པའི་ཆོས་བཞིར་ཁང་ཆོན་  
 ནས་ཕྱིར་དོན་དང་བྱ་མང་གིས་གསུང་བཟུང་གནས་བང་  
 མཛོད་གཞིས་ཀར་འགྲོ་གྲོལ་བཛོད་བཞིན་གན་བན་རྒྱ་  
 དང་མཉམ་པོར་ཕྱིན་ནས་གཡང་སྐབ་དང་ཞི་བའི་སྤྱོད་  
 ཐེག་བྱས་འཁོར་སྤྱོད་འཁོར། ཆོས་མཆོམས་ཆོན་མོར་སྤྱ་  
 ལུས་པར་ཕྱིན་བཟུང་། མགོ་ལྷ་འཁོར་ནས་འཇང་དགུན་  
 ཆོས་སུ་ཐོན། སྤྱོད་ལམ་བྱེད་ས་སྤྱོད་བའཁོར་བཞིན་ཐོག་  
 ཆོས་༡༠དང་བཅུ་དགུ་རྒྱལ་ལྷའི་ཆོས་༡༡འབཅས་པར་  
 འཛོན་གྲུང་དམ་བཅའ་ཆེ་བ་དང་། མགོ་ལྷའི་གནས་གང་  
 རྒྱུ་ཁང་ཆོན་མཆོན་ལུང་དམ་བཅའ་བསྟན། ཏེ་ཏོར་འཇམ་  
 དབྱངས། ཉག་རེ་ལྷོ་བཟང་བསྟན་པ། བཙེ་ལྷ་ཆོ་རིང་མེལ་  
 མཁས་རྩོམ་འགའ་ཞིག་གི་རྟོག་གསལ་བཅད་ཐུབ་པ་བྱུང་



རུང་། ཉག་རེ་བཟ་འགྲུ་ཤེས་ནམ་རྒྱལ། ཉེ་ཤིང་ཡ་མ་ཆེ་དཔག  
 གེ་བེ་ལྷོ་བཟང་ཡུན་ཚོར་སེར་ནས་ཆེ་ལ་སྒྲིང་སྒྲུག་པ་འཆོར་  
 ལ་ཁད་པ་ཡང་བཟེས། གྲ་ཆང་མཚན་ཡུད་དང་ཚོར་  
 ལངས་སྒྲར་བཞིན་གྱིས་རྩ་སྒྲིང་དུ་འབྱེར་དེ། དང་ལེ་ཉ་  
 ས་ལྷག་གནམ་ལེ་གསར་བཞད་ཆོས་ཉལ་ལྷ་ལྷན་དུ་ཐོན་  
 དེན་པེ་ཆེ་ནམས་མངལ། གསུང་ར་དང་བྱམས་ར་  
 དགོངས་འཆོར་སྒྲབས་རྟེན་གསལ་ཐེངས་རེ་བྱང་བཏང་  
 ཐེད་ཅམ། བཙེ་ལྷའི་ཉིན་ཞལ་ངོ་ནས་འཛིན་ཞུས་མཆོད་  
 བསྐྱེར་འགྲོ་བའི་སྒྲབས་རྟེན་པ་མ་ཟད། ཁང་ཚན་དགེ་ཆན་  
 ལ་དགོངས་ཞུས་གྱིས་རྗེས་བསྐྱེད་དགེ་ཆན་སྒྲུལ་སྒྲུ་དམ་  
 པ་དང་ལྷན་རྗེས་རྒྱབ་ཞར་འཕེན་ལྷད་མེ་མཐོང་། ཆོས་ཉལ་  
 ར་སྒྲིང་དུ་སྒྲིབས་ཉེ་དཔེ་བླའི་ཆོས་ཉལ་དཔྱིད་ཆོས་དང་  
 པེ་ཚྱུར་རིང་པར་ཐོན་སྒྲི་དོན་ལྷེབ་ཉལ་ལྷག་ཡོད་པ་ལྷོ་



འཛིན་མཇུག་འབྲེལ། ཆོས་༡༠རྒྱལ་ཡུར་འབྲུབ་སྦྱར་གཟུང་  
 སྒར་མཆོག་ཏུ་དག་བའི་ཉིན་བཀའ་བར་པ་མཆོན་ཉིད་  
 མེད་པའི་ཆོས་འཁོར་གྱི་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་གྱི་རིམ་པ་  
 གཏན་ལ་འབེབས་བྱེད་དཔལ་ལྷན་ཟླ་བ་གྲུ་པས་མཛོད་  
 པའི་བསྟན་བཅོས་དབུ་མ་འཇུག་པ་བསྟོབ་འགོས་རྒྱུ་  
 འཁོར་མཁན་པོར་གསེལ་འབྲེལ་དབུ་མ་འཛིན་གྲུ་སྦྱོས།  
 བཅུ་གསུམ་ནས་བཟུང་ཚད་རིམས་ལྷུ་བས་མནར་རུ་  
 རིམ་དངས་ཆོར་མཆོད་དུ་བྱེད། གསུང་རྩ་དང་ཉིན་ཆོས་  
 བཅས་ལ་རྒྱུ་གསལ་བྱེདས་ཁ་འགས་བཏང་། སྦྱོང་འཇུག་  
 ཆེན་མོར་མེས་གུས་ཆེན་པོ་སྦྱོས་པས་བར་བར་སྟོ་འཛིན་  
 བྱས་པའང་གྲུབ། རྒྱ་ཟླའི་ཆོས་༡ ཉིན་ར་སྟོང་མཁན་རིན་  
 པོ་ཆེ་སྟོ་བཟང་མཁས་མཆོག་ཞི་བར་ག་ཤེས། རྣམ་འབྲེལ་  
 གྱི་ས་བཅད་ཅིག་ཕྱི་སྦྱོག་གི་དབུ་བཅུ་མས། འདི་གོང་ཡི་



གེ་རེ་བྱེས་ཆོ། ཕྱ་བུ་སྒྲང་སྒྲམ་པའི་ལས་མཁོ། མཐེབ་  
 མཛུབ་གཅིག་གི་བར་ལྗེ་འཁོག་གཉིས་མི་བེན་ཞེས་ལབ་  
 རྟེན་གན་ནས་དངོས་སུ་མང་པོ་འབྲི་བཅུག་གི་མེད། རྟོག་ཏུ་  
 འཁོག་ལྗེབ་ཆུང་དུ་བསྒྲངས་བ་དེར་ཡིག་ཕྱེད་མང་འཁོངས་  
 གཙོར་འདོན་རྒྱུ་ལྟ་ཞིབ་མེད་མགྱོཾ་འབྲུག་ལག་བྱེས་  
 འདིད་ཅིང་ངན་ཡང་ལོབ། འདི་ནས་བཟུང་ས་བཅད་སྒྲིག་  
 པ་མཐོང་བས་མག་སྟེ། ད་ཞར་ཞེར་ཅི་འབྲི་ན་བྱེས་ཞེས་  
 གནང་བ་ཐོབ། དཔྱིད་ཆོས་དང་པོ་ཚྭ། ལོ་འདིར་བཀའ་  
 བཅུ་གཉིད་མཁན་དག་ཙམ་འདུག་ཅིང་། བཀའ་བཅུ་  
 བཏང་བ་ན་དམ་བཅའ་སྟོན་དགོས་ལ། གཞུང་མི་འཁོས་པ་  
 དག་ནས་གྲོཾ་དན་བཙལ་ཆོག་པའི་ལམ་ངན་སུ་འབྱུམས་  
 འཁོག་ཡོད་དར་བར་བཞེན། དགེ་བྱེས་སྒྲུག་མེ་ཉོག་བྲ་  
 འཁོས། བྲ་ཞོད། བུ་དགེ་བཅས་ཀྱི་དམ་ཆུབ་དེད་དང་།



གན་པ་གཞན་སྒྲེལ་པོ་ནས་བགྱིས་ཏེ་མཐོང་སར་གཏོང་བ་  
 འགྲུ་ཞིག་གི་རྟེན་གསལ་བཅད། ཆོས་༡༠ནས་ནམ་  
 འགྲེལ་གྱི་ས་བཅད་བསྒྱུར་བེན། ཡར་བྱེན་མངོན་རྟེན་རྒྱན་  
 གྱི་ཆོག་འགྲེལ་ཞིག་ཕྱི་ལོ་འབྲི་དང་། དཀ་ཆེན་བསོད་གྲུ་  
 གྱིས་མཛོད་པའི་དབུ་མའི་སྒྱི་དོན་ལྡེབ་བརྒྱ་ལྷག་ཡོད་པ་  
 དེ་སྒྲོ་འཛིན་བྱ་བའི་དབུ་བཅུ་མས། བཞི་པའི་ཆོས་བཞིར་  
 གསང་ཡུར་སྒྲེབས། དེད་ནས་བཀའ་བཅུ་འཛིན་སྒྲོ་བེན་  
 རུ་སྒྲུ་སྒྲེལ་གསང་ཡུར་ཆོར་ཆེན་དུ་མང་ཇ་གསུམ་པོ་  
 དང་ཆོས་དུག་ཉིན་མང་ཇ་བཞི། ཆོས་བརྒྱད་ལ་ཇ་གཅིག་  
 པོ་བ་འད་པ་དང་བསྒྲོ་སྒྲོན་བྱས། མཁན་ཚབ་དག་  
 བ་ཤེས་རབ་བརྟན་ཁྱིམ་ལེབས། གསེར་ཁྱི་དང་སྒྲིང་བདེ་  
 ཡངས་ནམས་སྒྱ་རྩ་སྒྲོད་དམ་བཅའ་ཁེལ་སྒྲུབས་དབུ་ཡར་  
 ནམ་འགྲེལ་གསུམ་ནས་དམ་རྒྱབ་དང་། འཤར་ཕྱི་སྒྲོན་གྱི་



དམ་བཅུར་གོང་བ་འད་གཞུང་གསུམ་ནས་རྟེན་གསལ་ཅི་  
 རྟེན་བཅུང་། དེའང་དམ་བཅུར་སྟེ་ཆོ་གསེར་ཁྱི་སར་  
 ལྷག་ཆོད་ཀྱི་རྟེན་པ་དང་། རྩམ་སྒྱུ། རྩམ་སྒྱུར་མ་སྟེ་ཆོག་  
 ལཱི་གཡོ་སྒྱུའི་རྟེན་གསལ་ལྟུང་ཆོ་ནམ་སྟོད་སྒྲིང་བདེའི་  
 དམ་བཅུར་སྒྲར་བཞེས་ག སྒྱབ་མི་ཐུབ་པ་བྱུང་རྟེན་འག་ཏུ་  
 རང་གཞན་གྱི་ཡིག་ཆ་མང་པོའི་ལུང་གང་ཉིད་དང་། རིག་  
 པ་བསམ་གཞིག་གིས་སྒྲར་སྒྱུབ། རང་ཁོངས་གྲུ་མང་པོ་  
 ནས་ལ་ལར་བསྐྱས་གྲུའི་དབྱུག་མ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་  
 རྟེན། ནམ་འགྲེལ་སྟེ་ནས་ཡིན་མིན་གང་དུ་ཁས་སྒྲངས་  
 གུང་། མི་བདེ་བའི་དོན་གནད་དག་ལ་ལུང་རིགས་སྒྱུབ་  
 རྟེན་ཅན་མང་པོ་གྲུ་སྒྲིག་གིས་བཟེས་ནས་ཐོག་མར་གཅིག་  
 གིས་བཅུང་དུ་བཅུག དེས་དགག་སྒྱབ་མ་ཐུབ་རྟེན་གསལ་  
 ཆད་པར་ཉེ་བ་ན་གཞན་ཞིག་གིས་འཕྲོ་མཐུད་ནམ་པ་མི་



ལྟ་བའི་ལུང་རིམ་གྱི་གཞི་ཕྱེད་འཕེན། དེས་གྲུང་མ་རྒྱས་  
 ན་འདི་དག་གིས་འགོ་ག་ཅེས་དང་། ཚང་མས་རྒྱུ་རྒྱུགས་  
 མེད་བྱ་སྒྲིག་འཆར་གཞི་དང་ལྡན་པ་བྱས་པས་གདན་ས་  
 དང་ཡུལ་དགོན་གྱི་ཁེངས་རྟེན་གནམ་སའི་བྱུང་པར་དེ་  
 ཟུང་ཟད་ཟུང་དུ་སོང་། གཞུང་དོན་འགྲེལ་མཁན་དམ་  
 བཙུང་བས་ལན་མི་ཐེབས་པ་དང་། རྟེན་པས་འཕུལ་  
 སྐབས་ཡོངས་གྲུ་འདིག་ཏེན་ཐ་སྙད་ལས་གྲུང་བརྒྱལ་ཏེ་  
 འཕུ་སྒྲིད་བྱ་དགོས་ཁས་ལེན་ནམས་ནི་པལ་ཆེས་གོ་བར་  
 ཟད། ཏྲེན་གསལ་ཆད་ཅེས་པ་མངོན་གསལ་དུ་ཏྲེན་  
 གསལ་གཏོང་རྒྱ་མེད་པར་འགྲོ་བ་ཞིག་ནི་རྟེན་ལམ་ཕྱན་  
 བྱ་སྦྱངས་པ་ཡིན་ཕྱིན་ག་ལ་སྤྱིད་རུང་། སྦྱོབ་བྱེད་འགོད་  
 པའམ། གཞི་ཕྱེད་འཕེན་པའི་དོན་གནད་དེར་དགག་སྦྱོབ་  
 གྱིས་ཁུངས་མ་འབྲེལ་བར་འཕྲོ་བཞག་གིས་དོན་གནད་



གཞན་ཞིག་འདི་ཚུལ་ཁ་སྤྲོད་གོས་པ་བྱུང་ན་རྟེན་གསལ་  
 ཆད་པ་ཞེས་བྱ་ལ། སྤྲོ་སྤངས་བཟེ་མེན་གྱིས་སྤྲོས་སེང་  
 ངམ་མ་སེང་གི་དབྱེ་མཚམས་རྟེན་ལམ་པ་ནང་ཕན་ཚུན་  
 ལས་ཕལ་གྱིས་ནམ་པར་དབྱེ་དཀའ་བ་ཞིག་གོ་འདི་  
 ནམས་རང་ཁོངས་གྱི་དགོ་བ་ཤེས་ནམས་མཁན་པོ་སྤྱད་  
 འོས་ཚུང་རྟེན་ལ་འབོད་པ་སེར་རེ་དེར་ཁོག་ནད་ཅན་ཆོ་  
 བྲེལ་བེངས་ཟུག་རྩ་ཆེ། ལྷ་པའི་ཆོས་བཞི་ནས་འདི་ལོར་  
 སྤྲོབ་སྤྲོངས་རྩུང་བཙུན་ཆེ་བས་སེང་ན་འཕྱས་ཞེས་དགོ་  
 གན་ཆོས་དགོངས་གནད་བཞིན་བཀའ་བཙུ་གསུང་པ་རང་  
 དང་ངག་དབང་དགོ་ལེན། བཀྲ་ཞོད། བྱ་དགོ་བསོད་  
 ནམས་བཀྲ་ཤེས་བཅས་འཇང་རྟེན་གཡས་ཟུད། བྱམས་  
 པ་རྟེན་གཡོན་ཟུད། བྱབ་པ་རྟེན་ལྷུང་བཟེད་ཁར་གདན་  
 གུར་ཡོ་བྱད་བཅས་སྤྲོ་སངས་ལ་ཕྱིན་ཏོ། ནངས་གྱི་དུས་



མཉམ་མེད་ཇི་བོ་ཆེན་པོ་མཉེས་ཐང་དུ་བཞུག་སྐབས་  
 འཕགས་ལོ་ལྟེན་ལྟེན་མཛུབ་གཏང་དེ། ལྷ་པ་པ་ལྟེན་ལྟེན་  
 ཐུམས་ལངས་དབྱངས་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་བཟོ་སྐྱེད་མཛུབ་  
 པར་སྟོན་པ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་མར་དཔང་དུ་བཞུག་པ་ལྟ་  
 ཐུའི་ས་དཔྱད་ཡོད་པས་དེར་དགོན་པ་བཏབ་ན་ཆོས་ལྟེན་  
 ལེན་ཉན་དར་རྒྱས་ཡོད་ཞེས་ཐེབས་པར། ཇིག་ལྟར་པའི་  
 འཕགས་རབ་ཀྱིས་འོ་ན་རེ་ཞིག་གསང་བར་ཞུ་ཞེས་གསེལ་  
 ཉི་ལོ་མེན་གྱི་ཆོགས་སྟོང་ལྟེན་མང་པོ་ལྟེན་པའི་དགོན་པ་  
 བཏབ་པར་དཔལ་ལྷན་གསང་ལྟེན་གྲུ་པ་བཞེན་སྟོན་གྱི་  
 དུས་བདེ་གསང་གུང་གསུམ། དགའ་སྟོན་ལྟེན་གསུམ་ཞེས་  
 མཚན་ཉིད་པའི་གྲ་ས་ཆེ་འཕགས་ཡིན། ཇིག་ལྟར་པའི་འཕགས་  
 རབ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་ཆ་ལོ་ཆེན་ཇིག་སྟོན་ལྟེན་འཕགས་རབ་དང་། གྲོ་  
 ལྷ་པ་པ་ཆེན་པོ། ཆ་པ་ཆོས་སེང་སྟེན་སེང་ཆེན་བཟུང་གྱིས་



མཚོན་བཤེས་གཉིན་གསེར་རིའི་ཕྱང་བ་ཚར་དུ་དངར་བ་  
 བྱོན། བར་སྐབས་ཉམས་ཏེ་རྒྱན་པར་གྲ་ཚོར་མི་བཞུག་གུང་  
 ས་ག་ཟླ་བ་ནས་བཙུམས་ར་སྟོང་ཁོངས་གཏོར་སྟོ་ཟླ་སྟོང་  
 གསུམ་གྲ་རིའ་སྟོང་ཕྱག་བཟལ་བ་དང་། དགའ་ལྡན་  
 འཁར་ཅེ་གྲ་ཚར་ཕལ་ཆེ་ཡོངས་ཇོར་བཙས་ཆོས་འགྲེམས་  
 ལ་འབྱོར། བྱངས་དམངས་ཟླ་སྟོང་གོལ་ལ་རྩ་སྟོང་གྲ་བ་  
 ཕལ་ཆེ་ཡོངས་ཇོར་དང་། འཁར་ཅེའི་སྟོབ་གཉིར་བ་རྣམས་  
 སྟོན་ཟླའི་ཆོས་༡༥བར་གཏན་བཞུག་མཛད། དེད་བསྟོན་ས་  
 འདིར་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལྷུང་བཟེད་བསྐྱམས་ཏེ་བཞུག་པ་  
 ཉུ་བུ་དང་། ཕྱག་མཚོན་སྟོར་རལ་གྱི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་  
 འཇམ་དབྱངས་རི། ཇེ་བཙུན་བྱམས་པའི་སྐྱ་ཡི་བཞུག་ཚུལ་  
 གསལ་བ་བྱམས་པ་རི་ཞེས་ཡོངས་གྲུག་སུ་མཆིས། ཆོས་  
 ལྡེ་ལ་ཐུབ་པ་རི་འགོར་བྱོན། བདེ་མཆོག་གི་ཚོར་ཕུལ།



ལྷུང་བཟེད་ཁ་སྤང་ལྷེངས་མཁའ་ཞུན་མས་བྱག་པ་ལྷ་བུའི་  
 དེའི་སྣ་ཚོའི་མེ་ཏེག་ཚོན་གྱིས་བཏུ་བའི་གསེབ་ཉམས་  
 དགའ་སྦྱོན་བར་ཉི་མ་ཙམ་བསྐྱུངས། ཆོས་༡༥རྩ་སྟོང་དུ་  
 འཕྱོར་བ་དང་། འདི་ལོར་འབྲས་སྐྱུངས་དེའི་གྲ་ཚོའི་ལང་  
 དེད་འགྲོ་མཚམས་ཁེལ་བས་ཁང་ཚན་རྩོ་གཙལ་སྟེང་  
 དམ་བཙལ་མང་ཙམ་འཛིག་དགོས་སྟབས་ཆོས་༡༥ ཉིར་  
 གཅིག་ཉིར་ལྡེ། ཉིར་བརྒྱད་ནམས་སྤྱ་གཞུང་དོན་འབྲེལ་བ་  
 དེའི་དམ་བཙལ་བཞག དྲག་པ་དབྱར་ཆོས་ཆེན་མོར་དབྱ་  
 མ་བསྐྱབ་བྲིད་དང་། ཆོས་བཞི་དང་བཙེ་ལྡར་ཐེག་ཆེན་  
 དང་དུས་རུང་གསེ་སྟོང་། ཞེ་སྟོན་ཁར་འབྲས་སྐྱུངས་སྤྱ་  
 བསྟོང་དགོས་གྱིས་འདི་རེས་དབྱར་ཁས་ལེན་བ་ཤོལ་  
 ཆོས་༡༤ཉིན་མཁན་ཚབ་ལ་ཞུས་འབྲེལ་དབྱ་མའི་སྒོ་  
 འཛིན་དང་། གོ་དོན་རྒྱུ་འབྲལ་བྲལ་སོད་ཙམ་གྱིས་



འདུལ་བ་འཛིན་གྱར་སྟེས་ཏེ་འདུལ་བ་མདོ་ཙུ་བ་སྟོ་འཛིན་  
 ལ་བཙུན། ཆོས་༡༥ འབྲས་སྦྱངས་སུ་སྟེབས། ཉེར་དགུ་  
 ཉིན་པོ་བྲང་ནང་ཨ་ལྷེ་ལྷ་མོ་འབྲབ་མཁན་ཁག་གི་གཞས་  
 ཡུད་དང་། གནམ་གང་ཞེ་སྟོན་ཉིན་ཁང་ཆོན་མང་པོར་ལྷ་  
 མོ་འཆམ་གྱི་འདུག་པར། སྟོ་མང་བསམ་སྟོ་ཁང་ཆོན་དུ་  
 སྟོར་མོ་ལུང་པས་ཁྱེུ་པར་འོད་འབར་གྱི་ནམ་ཐར་འབྲབ་  
 པའི་ལྷ་མོ་མཐོང་། བདུན་པའི་ཆོས་༡གནས་རྒྱ་དུ་སྦྱང་  
 སའི་ནམ་ཐར་འཆམས་སར་ཕྱིན། ཆོས་༡ཞལ་ངོ་བཏྲེ་ལེན་  
 ལ་ལྷ་མོ་དང་། ཆོས་༡བྱམས་པ་མཐོང་གྲོལ། སྟེར་པ་  
 འཛིན་ཁྱེད་སྟེར་སུ་ཆོས་མངལ་སྟོན་༡ལ་ཡུལ། ཆོས་  
 ༤སྟེབས་འདིའི་རྟེན་གྱ་ཆོར་ལང་གི་དགུ་འཛིན་སྟོ་མ་  
 གཞུང་ལེན་པ་གི་བོ་སྟོ་གྲོས་རྒྱ་མཆོ་སར་ཆོར་ལང་གི་  
 གཞུང་ཞུ་བ་དང་། གང་ཅིའི་བཀའ་བཞེད་གནང་བ་ཉན།



ཆོས་ལྟར་བདེ་ཡངས་མགོན་ཁང་། ཆོགས་ཆེན་ལྟ་མོ། རྩོ་  
 རྩོང་མགོན་ཁང་སེཌ་སྤྱ་གསེར་སྒྱེམས་ཡུལ། ཆོཌ་ལང་  
 སྒྱབས་དམ་བཅའ་བར་ཁེལ་ན་ལན་ཇི་བཞིན་ཐེབས་པ་  
 དང་། རྟེན་གསལ་གཏོང་མེར་སེང་ན་དགག་སྒྱུབ་འགྲོ་  
 བའི་སྒྲིན་གསེལ་བྱེད་པ་རེད། ཆོས་ཡུལ་འབྲས་སྤྱངས་  
 ཆོཌ་ཆེན་གྲ་གྲངས་སྟོང་ཕྱག་མང་པོ་མང་ཇ་དང་སྤྱ་འབྱེད་  
 ལ་འདྲས་པའི་གཏོང་གལ་གཡས་གཡོན་དུ་བདེ་ཡངས་  
 གྲ་ཚང་གི་རྟེན་པ་སྒྲ་བ་དག་འདྲན་འཕྲིན་ལས་པས་སྤྱ་  
 རྩོལ། དེད་ནས་བྱི་རྩོལ་བྱིས་གཞུང་བ་འད་དང་བཅས་  
 ཚད་མ་ནམ་འབྲེལ་ལེའུ་གཉིས་པར་ཚད་མའི་སྒྱེས་བུ་  
 སྒྱུབ་བྱེད་བྱི་ཐད་ནས་རྟེན་གསལ་བཏང་བྱུང་བ་ཏེ་སྤྱ་མ་  
 ཐེབས་ཅིམ་དང་། ཁོང་ཡང་རྟེན་གསལ་བཅད་ཡོང་སྒྲུམ་  
 པའི་འཇིག་པ་ལས་གྲོལ། བྱིས་སྒྲིན་ལམ་ལྟ་རམ་སྒྱབས་



ཁོང་པ་མཉམ་པོར་མཆིས་ཤིང་། བྱི་ཉིན་ནས་སྤྱི་ལོ་  
 དན་ཚུན་སྤྱི་ཉིན་སྤྱི་བ་རེས་བགྱིས། ཆོས་དྲག་ནས་ཚུང་གྲ་  
 ཚོང་དུ་ལྟོད་མོ་དང་བྱིར་ནང་ཁང་ཚོན་དུ་བསྟེན་བཀྱར་  
 ཡུལ། ཆོས་ལྟེན་ལྟ་སར་དག་ཅན་རིན་པོ་ཆེ་དམ་པ་  
 མཆོག་གི་མདུན་དུ་བཅར། བ་ཡུལ་སྤྱི་ལོ་ནས་ཇག་  
 དམག་(འདི་ལས་ཐ་སྟོད་གཞན་མ་བདེ)མཐར་བསྟོད་ས་  
 གཙང་བཏེན་བྲག་རྩེ་ནི་མིན་ཏན་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོས་ལྟ་  
 སར་ཡུལ་གྱུར་སྒྲ་དཔོན་ཁག་མང་ཆེ་བྱ་རྒྱེད་འག་ལ་རྩལ་  
 པ་ལྟར་མངའ་འབངས་བཙོར་གཞོན་ལ་རིངས་པས་བང་  
 སྤྱི་མགྱོཏ་གྱིས་འཇུག་ཅིས། རིང་ལའང་སྒྲ་དཔོན་ལྟོས་  
 བཅས་ཁག་གིས་གྲ་པའི་སྤྱི་བ་གཉེར་དེ་ཙམ་གྱིས་  
 འགྲིགས། དཀྱུས་གྲ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་དག་བཤེས་བྱས་པས་  
 མིང་དོན་མཐོ་རུ་འགྲོ་བ་མ་སྟོས། སྤྱི་ལོ་སྤྱི་ལོ་རྩེ་དག་



བ་ཤེས་བྱིས་འཕར་དུ་གོ་སར་ཅི་པན་མེད་ཁར། གཏོང་  
 གློ་གཏོང་རྒྱ་མེད་རྒྱ་བེངས་ཆེ་བས་རྒྱལ་རྒྱ་ཆན་པ་དང་  
 མཉམ་དུ་རི་བོང་ཆང་ལོག་འགའ་ཚུལ་གྲོས་འདོན་དང་།  
 དགོ་ཆན་རྒྱལ་རྒྱ་རིན་པེ་ཆེ་ནས་བྱང་། དེ་སྒྲིན་གྲ་སའི་  
 མཆོན་ཉིད་རིག་གཞུང་ལ་ཇི་ཅམ་རྒྱངས་ན་དེ་ཆོད་ནང་  
 དོན་གྱི་གོ་རྟོག་ལ་པན་བྱོར་ཡོད་འགྲོ། ཉིད་གྲ་སར་སྒྲིད་  
 ཡུན་སྒྲིབ་གཉེར་བཅས་རྒྱ་གོང་མ་ཁག་བཞུག་ཡུན་ལས་  
 བཟལ་བས་ད་སྐབས་རང་དགོན་དུ་བྱིར་ལྷོག་བྲེས་དོན་  
 རྒྱབ་པ་ལྟར་ལེན་མཆོམས་བསྐྱོན་ཉམས་ལེན་ལ་འབད་  
 འབྲངས་གཙོ་གལ་ཆེ་བ་ལས། རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཆུ་  
 རྒྱང་ཆོག་སྐམ་ཆེས་ཕྱིད་བགྲོ་བྱིང་དང་། ལྷག་པར་དགོ་  
 བ་ཤེས་མིང་གོག་དོན་གཉེར་སེ་སེ་འབྲུར་སེམས་ལྷི་ལ།  
 ཐ་ན་འགྲོ་སྒྲིད་རང་དབང་བྲོབ་མིན་ཡོད་རྒྱུ་ལས་པན་པ་



ཅིའང་མེད་ཚུལ་མ་འོངས་སྒྲིན་གཟེར་བདུད་ཅི་ལྟ་བུའི་  
 བཀའ་ལྟར་ཐེབས་རུང་། གྲུ་སའི་བན་རྒྱུ་དེ་ཟུང་གི་ཁ་  
 བསྐྱུས་བསྐྱོ་གཏམ་ལ་མགོ་འཁོར། གདོན་གྱིས་རྒྱུད་  
 བརྒྱམས་ཏེ་མི་འོས་པའི་དེ་འདྲིང་ཞུ་རེ་སྟེ། གྲུ་སའི་དགོ་  
 བ་ཤེས་དྲག་གས་ཆོས་མཆོན་ཉིད་གཞུང་ལྟར་སྦྱངས་  
 སྟོལ་ནམས་ལས་། འདུལ་མཛོད་གཉིས་མ་གཏོར་གོ་དོན་  
 ཁྲོལ་དགའ་ནམ་འགྲེལ་སེར་མང་ཤེས་སྒྲོ་འཛིན་དཔེ་  
 ཁྲིད་ཆོས་ཕྱོད་བགོ་སྦྱང་རྒྱར་བཙུན་ཆེན་པོས་སྦྱངས་པ་  
 ཟེན་སྟབས། ད་ཆར་དགོ་བ་ཤེས་མིང་བཏར་ཤིག་མ་  
 སྦྱངས་ཕྱིན། དེ་སྒྲིའི་གྲུ་སའི་སྒྲིག་ལའུར་སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱས་པ་  
 ངལ་བ་འབྲས་མེད་དུ་འགྱུར་ཞེས་ཨུ་ནན་གྱིས་ངེད་གྲུ་  
 སར་ཇེས་སྒྲོད་དགོ་བ་ཤེས་གཏོང་རྒྱར་ཆར་བཞག་གནང་  
 མིང་བ་སྦྱར་བཏར་ཆོ་དེ་ཇེ་སྒྲོབ་དཔོན་དགོ་གན་བཀའ་



དེན་ཅན་གྱི་བཀའ་དོན་གྱི་ལྷོ་ག་དམ་འགལ་ཉེས་སྒྲིན་  
 ཚབས་ཆེས་གོས་འདུག་པ་ད་ལྟར་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་  
 འགྱོད་བ་ལྟ་ཞུ་མུར། འདི་ཐད་ལོ་རྒྱུས་གཟིམ་སྒྲིན་གཡོ་  
 བ་ནམས་གྱིས་བྱང་ཉེས་སྒྲིན་འདག་པའི་སྒྲིན་ལམ་མཛོད་  
 གྲོམ་ཞེས་སྒྲིང་ཐག་པ་ནས་ཞུ་བ་ལྟ་སོ། ། མཛོད་  
 བ་ཤེས་བདེན་པའི་དག་ལ་མ་ཉན་ན། ཁ་ཡི་འཁོར་འཁོར་  
 རུས་སྤལ་ཐང་ལྟུང་གཏམ། རྒྱ་ཆེན་མི་དམངས་མགྱོན་  
 རས་ཉག་ལྡིར་བ། མགོ་མཐུག་ན་ལྷག་ཟབ་པས་དེ་མ་གོ།  
 ལུ་གཅིག་དཔེན་པར་ཆོས་ཁུ་ཞིམ་པོ་འཐུང་། ཐོས་དོན་  
 སྒྲུབ་པ་སྒྲིང་པོས་འདི་གཏན་འཛིངས། འབྲུལ་པ་སྒྲིག་རྒྱུ་  
 རྗེས་བསྐྱེགས་སྒྱུ་དམ་ཐང་། དལ་བརྒྱས་ཉལ་བའི་ཕྱི་  
 མཐའ་ཉན་ཁས་འཛིངས། མང་ཐོས་ཡིན་ན་འཇམ་དེས་ཞི་  
 དུལ་གྱིས། དཔེན་པར་ལང་ཆོ་ཡོལ་བའི་གནས་པ་བདེ།



ག་འགགས་འབྱེད་འབྱུལ་འཁོར་སེ་བར་དུས་ཉལ་ཏུ།  
 འབྲགས་པ་སྒྲི་གཡའི་ལས་མཐར་ཅི་སྒྲིད་ཅིས། སྒྲན་  
 མཆོག་བསྐྱབ་བྱའི་བདེ་དལ་བྱིས། གུད་དུ་འདོར་རྗེས་ངན་  
 སྒྲལ་ལ། གསོ་དགའི་ནད་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ། དྲག་པར་རབ་  
 ལྷའི་ཁུར་ཞིག་ཐོབ། ཆོས་༡༠ལྟུང་དགོས་ངེས་མེད་བཞིན་  
 ཁེངས་སེམས་བྲགས་འདོད་གྱིས་འབྲས་ཉལ་རེའི་རྩོ་  
 གཙལ་མཐེལ་གཞུང་དོན་འབྲེལ་བ་པོའི་དམ་བཅའ་ཞིག་  
 བཞག་པར་དབྱ་པར་ནམ་འབྲེལ་ཅུང་ཞིག་མཐོང་སྒྲམ་  
 ཡང་ཇི་ལྟར་མཐོང་སྒྲི་རིགས་སྒྲ་མང་པོས་གང་དང་གང་  
 དམ་བཅས་པ་མཐའ་དག་ལུང་རིགས་གྱིས་ཚར་བཅད།  
 ནམ་པར་དམའ་དབབ། ཆོག་ངན་གྱིས་མནན། ཞུམ་ཞུམ་  
 པོ་དང་ཡུར་ཡུར་པོར་བཅོས། ཅིའང་མི་འཤེས་པའི་གནས་  
 ལྷ་བུར་བཞོད་དེ་རྩ་སྒྲིད་དུ་འབྱོར་རོ། ཁྱེངས་པ་བདེ་བ་



འདོད་ན་ཡང་། ལྷག་བསྐྱེད་ཁོ་ནའི་རྒྱ་དོན་གཉིད། གྲགས་  
 འདོད་དམ་ཁྱིའི་སྤྱང་འཛེགས་པས། ལྷན་པའི་གྲལ་མཐར་  
 ལྷང་ལ་ལྷོས། ཆོས་ཀྱི་ལ་ཆན་བན་རྒྱུ་། ལྷག་མཛོད་  
 དོན་ཆེ་རིང་། ལྷ་རྒྱུ་རྒྱུ་། དེད་བཅས་སྤྱང་དོལ་རི་ཁྱོད་  
 ལྷ་ཆོས་མཇལ་ལ་ཕྱིན་ཅིང་། རི་ཁྱོད་དག་སྤྱང་ནམས་ལ་  
 མང་ཇ་སྤྱ་འགྱུར་དང་འབྲེལ་འགྲོ་མགོན་རྒྱ་རས་པའི་སྤྱ་  
 དང་སྤྱང་དོལ་ལྷ་མ་རིན་པའི་ཆེའི་སྤྱ་བརྟན་ང་འདྲ་མ་སོགས་  
 མཇལ་ནས་ནོར་ལྱའི་རི་འགོར་ལྷ་བསངས་བཏང་བར་ཕྱིན།  
 རི་ཁྱོད་པ་ནམས་ནས་གསུངས་དོར་སྤྱད་པའི་ལྷང་ལྷལ།  
 སྤྱར་རྩ་སྤྱད་དུ་ཆབ་གཞུག་གྲུ་ཡངས་ཐོག་འབྱོར། སྤྱོན་  
 ཆོས་སྤྱབས་འདྲལ་བ་མདོ་རྩ་བ་བམ་པོ་དང་པོ་སྤྱོ་ལ་བེན།  
 དགྲུ་པའི་ཆོས་གཉིས་ལ་དགོ་ཆན་དྲིན་ཅན་སྤྱལ་སྤྱ་རིན་  
 པོ་ཆེ་རང་གཞིས་ཁམས་ཕྱོགས་ཕྱིར་བྱོན་པེབས་སྤྱེལ་ཞུ་



ཆེད་ལྷ་སར་བསྐྱོད། ཆོས་བཞིར་དྲོར་སེམས་རྗེས་གནང་  
 ཞུས། འི་སྒྲིན་དང་ནང་སེ་ཆང་སེགས་སར་ཕེབས་སྐྱེལ་  
 གསེལ་སྒྲིན་གནང་ཞབས་མཉམ་བཅར་གྱིས་བདེ་ཕེབས་  
 སྒྲིན་གསེལ་བཅས་ཆོས་༡༠༣་སྟོད་འབྱེར་ཞིང་། བཅུ་  
 བདུན་ཉིན་ཆིབས་དྲོག་ཐོན་འདུག དེ་ཆོན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲིས་མཛོད་པའི་འདུལ་  
 བའི་སྐྱེ་དོན། གཞི་སྟོད་སྦྱང་། སྐྱེར་བསྐྱོན་བཅས་སྒྲོ་འཛིན་  
 གྱི་དབུ་བཙུམས། བཅུ་གཅིག་པའི་ཆོས་༤༡ར་འཇམ་  
 དབྱངས་དགུན་ཆོས་སུ་ཐོན། ཆོས་༤ནས་བཙུམས་ཉག་རེ་  
 བཟུང་འཁོར་ནམ་རྒྱལ་མཆོག་ཆོས་བར་རང་༤༡ག་ཏུ་བོས་  
 ཉི་དབུ་ཕར་གྱི་དཀའ་གནད་དྲོགས་གཅོད་ཞུས། ཆོས་  
 ༡༥དང་སྐྱེར་ཉིན་བཅས་པར་སྟོད་ཆོས་འཛིན་གྲུ་དམ་  
 བཅའ་བསྐྱོད། ཆོས་༡༥དེ་ཆོན་རིན་པོ་ཆེ་གོང་མ་གཙང་



ནས་བྱོན་པའི་ཆེབས་བསུ་མཇལ་ཁར་བཅད། སེར་སྒྲོད་  
 རྒྱལ་དབང་ཆོས་རྗེས་དབུས་གྲ་ཁ་འགས་ནས་རྣམ་འགྲེལ་  
 གྱི་དཀའ་གནད་འགའ་ཞིག་འབྲིད་རོགས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཉིན་མའི་མདུན་ཞུན་མར་བཏེགས། རྗེས་སུ་དགའ་  
 ཁྱིམ་ཕེབས་མཁན་སེར་བྱེས་རོགས་སྐྱ་བ་ལྟུན་གྲུབ་བཙུན་  
 འགྲུས་མཆོག་དགུན་ཆོས་ཆོས་འགྲིམས་ལ་ཕེབས་འདུག་  
 ག་ཤིས་བར་སྐབས་འགག་ཏུ་གདན་ཞུས་སྟོང་འདྲག་ཆེན་  
 མའི་ཁྱིམ་ཞུས། བཟོད་པའི་ལེའུ་ལས་བཙུམས་བྱང་རྒྱབ་  
 སེམས་དཔའི་སྟོག་ལ་བསྟོ་བའི་དབྱ་དེས་བྱང་རྒྱབ་  
 སེམས་དཔའ་དེར་ཕན་བཏགས་སམ། གཞོད་སྐྱེལ་བ་ཡིན་  
 དེས་ཏེ་ཕྱོགས་གཉིས་གང་དུ་ཁས་བླངས་བྱང་གཞོད་བྱེད་  
 ལྟང་འགལ་བཙུ་བརྒྱད་རེ་བསྐྱོགས་པའི་ཏྲགས་གསལ་  
 ཉམས་མཚར་ཡང་གནད། གྲ་ཚང་ཁང་ཚན་གྱི་མཚན་ཡུང་



མེགས་སྐྱར་མཚུངས་ཐོག། བཅུ་གཉིས་རྒྱུ་ཁང་ཚན་  
 ཚོགས་ཡངས་ཁྱི་ནན་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་དང་། བཅུ་གསུམ་གྲ་ཚང་  
 ཚོགས་ཡངས་སྐྱུ་ཞབས་སྐྱིང་སྐྱུ་ལ་དང་མཉམ་དུ་བགྱིས་  
 མོ། ལྷགས་སྐྱེལ་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཆེས་གསུམ་ལྷ་  
 ལྟན་སྟོན་ལམ་དུ་ཐོན། ཆེས་༡ ཆེབས་བསྐྱར་ཆེན་མེའི་  
 ཆེབས་རགས་ལ་ལྟད་མེར་སང་ཞིང་། མཚན་ཞབས་བརྒྱད་  
 བསྟན་ཇོགས་གྱི་སྟན་གསན་པའ། ཆེས་༡ ༡ ཉིན་ལྷ་ལྟན་  
 སྐྱུ་ལ་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་གཟུངས་ཆུང་ཉི་  
 འོད་དུ་གོང་ས་སྐྱབས་མགོན་ཆུ་ལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་  
 གིས་མཁན་སྟོབ་སྐྱབས་མ་དང་། མཚན་ཞབས་བདེ་  
 ཡངས་གཉལ་གྲ་གོར་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་མཆོག་གིས་གསང་སྟོན།  
 ༡ གར་བྱང་ཆེས་ཇེ་སེར་བྱེས་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་  
 དུན་ཚོ། རྣམ་གྲ་སྟོབ་ལྷུང་ལྟ་བུ་མཉམ་ནས་ཁ་སྟོང་བར་



མཛེན་དེ་རང་ལོ་བགྲང་བྱ་ཉེར་གསུམ་ཐོག་བསྐྱབ་གཞི་  
 ཡོངས་སུ་ཚོར་པ་དག་སྤོང་གི་དངོས་པོར་བསྟེན་པར་ཚོར།  
 ཉེན་གསུམ་མཐུལ་མཆོན་པ་ཅམ་ཡུལ་ཞིང་ཚུལ་བྲིམས་  
 ལྟན་པ་སྟེན་པས་འབྲུག། ཅེས་པར་བསམ། རོ་ཁང་སྟོང་  
 འོད་དུ་ཆོས་འཇལ་ལ་བཅད། དེའང་ཇི་སྟོན་དུ་གང་ལ་  
 སྟོབ་ནམས་ནམ་གྲོལ་སར་འགྲོ་ཞིང། ། ཡོན་ཏན་གུན་གྱི་  
 གཞིར་གྱུར་རིན་པོ་ཆེ། ། མི་བཟད་འཕགས་པའི་མཛེན་  
 ཁང་དམ་པའི་ཆོས། ། བསྟན་པའི་སྟོང་པོ་སེ་སེར་ཐར་པ་  
 ཡིན། ། མགོན་པོ་སྟོབ་པ་དེ་ཡིས་ཡང་དང་ཡང། འདི་ནི་  
 ཉེན་དང་བསྟན་པ་གཉིས་ཡིན་ཞེས། ། བསྟེར་པ་གནང་དེ་  
 ཆོས་འདུལ་རིན་པོ་ཆེ། ། མི་བཟད་བདུད་ཅིའི་མཛེན་ལ་  
 སྒྲར་ཡང་འདུད། ། གྲེ་མ་གྲེ་མ་མགོན་པོ་བྱུ་ཇི་ཅན། །  
 འཕྱུ་སེང་གི་རྒྱལ་བ་ལྟ་ཡི་ལྟ། ། ཉེན་པ་མཆོག་དེ་ནི་



བར་གཟིམས་པ་ནས། ། ཆོས་འདུས་ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་འདི་  
 སྒྲུལ་བཟང་མེག ། འདིས་ནི་སྒྲུངས་བྲངས་ངེས་པའི་ཚུལ་  
 འདོམ་པའི། ། ཐུབ་ཚུལ་ནི་བའི་ལམ་བཟང་འདོམས་པ་སྟེ།  
 ། གཞན་དུ་ཆོངས་པས་ལྡོངས་པའི་འགྲོ་བ་ཡིས། ། ཐུབ་  
 རྣམས་དགྲེས་པའི་སྦྱོད་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས། ། འདི་ནི་ལང་  
 ཆོའི་ཕྱོས་པས་རྣམ་འཕུལ་བའི། ། རྒྱུ་གཉིས་གཞོན་ནུ་  
 འདུལ་བའི་ལྟར་བྱ་སྟེ། ། སེམས་ཏེ་གཡེང་བས་རྟོན་པའི་  
 གཞན་དབང་ལས། ། ལྡོག་སྦྱོད་མཐུན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་  
 གྲུང་ཡིན། ། ཆོངས་པས་བཅུངས་པ་སྦྱོད་པའི་སེམས་ཅན་  
 ནི། ། སྦྱོད་པའི་མེ་ཡིས་རྣམ་པར་བསྐྱེགས་པ་ལ། །  
 གཞིལ་རྒྱས་ཆེ་ག་གཞན་ན་མ་མཆིས་ཏེ། ། ཆོས་འདུལ་ནི་  
 བསེལ་བདུད་ཕྱིའི་ཆར་པ་ཡིན། ། ཉེས་པའི་དུག་ཅན་  
 གཏིང་ཟབ་ལཁོར་བའི་མཆོ། ། ཉོན་མོངས་ཚུ་སྦྱོར་བྱེ་བས་



བཟུང་བ་ལས། ། བཟུང་ནས་ནི་སྤྱིང་གཉེར་བའི་མགོན་པོ་  
 ལ། ། ཆོས་འདུལ་མི་གཡེ་རིན་ཆེན་གྱ་བོ་ཡིན། ། ཐོག་  
 མེད་དུས་ནས་འཕྱིབས་པའི་མ་རིག་གིས། ། མ་དག་སྤང་  
 བ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲག་རུམ་དུ། ། ལམ་དང་ལམ་མིན་དབྱེ་བའི་  
 སྒྲལ་དམན་ལ། ། ཆོས་འདུལ་ལམ་བཟང་སྤང་བའི་སྒྲོན་  
 མེ་ཡིན། ། འདིར་གནས་ཐར་པའི་ལམ་ལས་མི་འཁྱོགས་  
 ཏེ། ། ཉེས་སྦྱོད་གཡང་ས་འཁྱགས་གྱིས་ཆེད་པའི་ཕྱིར། །  
 དུན་ཆོགས་ཡིན་ཏན་དགའ་ཚལ་ལ་འགྲོ་བའི། ། ཆོས་  
 འདུལ་མི་ཏོག་བཏོད་པའི་ལམ་སྤང་ཡིན། ། སྤྱིང་ན་ཡིན་  
 ཏན་ཆོས་གྱིས་དབུལ་བའི་འགྲོ། ། གང་ལ་འཕྱད་ན་འཕྱེར་  
 པའི་དཔལ་སྤེར་བའི། ། གཉོང་བའི་སྒྲོ་འཕར་གཞན་གྱིས་  
 མ་བཟུང་བ། ། ཆོས་འདུལ་བསྒྲུབ་གསུམ་ནོར་བུའི་བང་  
 མཛོད་ཡིན། ། རིང་ནས་གོམས་པའི་ཉེས་སྦྱོད་གདུག་པའི་



མེས། ། ཟིན་གྱུར་ལ་ཁོར་བའི་དུ་ཁ་བརྒྱ་ཕྱག་གིས། །  
 མནར་ལ་ཞི་བའི་བདེ་མཆོག་སྒྲར་སྟེར་བའི། ། ཆོས་  
 འདུལ་ཡོན་ཏན་སྒྲན་གྱི་སྟོང་པེ་ཡིན། ། ཞི་སྒྲུང་ཚ་དབལ་  
 རྟོན་པོས་གདུང་གྱུར་ལས། ། འདིར་ཆོག་ཁོང་ཁྲོའི་ནམ་  
 སྒྲིན་མི་བཟད་པས། ། བྱི་མར་བསྐྱེགས་འགྱུར་དཔུལ་མའི་  
 གདུང་མེལ་བའི། ། ཆོས་འདུལ་ལྷ་བ་བདུད་ཅིའི་དགྱེལ་  
 ལ་ཁོར་ཡིན། ། དན་སོང་ཕྱ་བོ་སྒྱུག་བསྐྱེལ་བ་རྒྱབས་ཅན། །  
 རྒྱན་རིང་བཞེག་དགའ་མཐོ་རིས་གྲོང་འཛེམས་པ། །  
 བཟུལ་ནས་སྟོད་པའི་རྒྱ་བ་རྒྱན་གཙོད་པའི། ། ཆོས་འདུལ་  
 མི་འགྱེག་ཕྱ་ལོན་ཟམ་པ་ཡིན། ། མཐོ་རིས་གྲོང་བཟང་ནོར་  
 བུའི་སྟོད་མེས་ཚལ། ། ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་ཆོགས་གྱིས་  
 མཛེས་བྱས་ལས། ། ཐར་པའི་ཁང་བཟང་བསྐྱེགས་པའི་  
 སྟོང་གི་གཞིར། ། བགྲོད་ལ་ལྷ་ཡི་ཐེམ་སྒྲས་ཆོས་འདུལ་



ཡིན། ། རྟོགས་བྲལ་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཅུང་ལ། །  
 ཚུལ་ཁྱིམས་བསྐྱང་ཞིམ་དངར་བའི་གེ་སར་ཅན། ། སྒྲལ་  
 བཟང་སྒྲུང་ཕྱིས་ཕྱིས་པའི་རེ་སྟེར་བ། ། ཆོས་འདུལ་མེ་  
 རྟོག་རྒྱས་པའི་སྦྱིད་ཆོལ་ཡིན། ། རྟོན་མེངས་དབྱ་གཡུལ་  
 ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟང་པ། ། ཐར་པའི་སྟོག་ལ་འཕྲོག་པའི་  
 སྒྲབས་ཆོལ་ཞིང་། ། དག་ཆོགས་འཕྱོར་པའི་མཛོད་ལ་  
 བརྟག་པ་ཡང་། ། གཞོན་ནུས་ཆོས་འདུལ་གྱུད་གྱི་དམག་  
 དཔོན་ཡིན། ། ཐུབ་པའི་ཡོན་ཏན་ཡུང་པོ་བརྒྱ་ཕྱག་གུང་། །  
 གང་ལ་བསྟེན་ན་ངེས་པར་སྟེར་ནུས་པའི། ། ལམ་འདི་  
 བསྟན་པའི་སྟོག་ཤིང་ཉག་གཅིག་སྟེ། ། དེན་ཆེན་ཆོས་  
 འདུལ་ལྟ་མའི་མཛོད་སྟོང་ཡིན། ། ཐུལ་གྱུང་དཔལ་གྱི་  
 འཕྱོར་པ་དུ་མ་ཡང་། ། དཀའ་བས་མ་ཡིན་མི་ངལ་འབྱུབ་  
 པ་ལ། ། ཆོགས་མེད་བདེ་ནས་བདེ་བར་བགྲོད་པའི་



ལམ། ། ཆོས་འདུལ་བདུད་ཅི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཡིན། ། ལམ་  
 འདི་ལྟ་དང་སྒྱུ་དང་མི་དབང་དང་། ། སྤྱིད་ན་ཆེ་དགུར་  
 རྫོམ་ལྟས་མི་འཁེས་ཏེ། ། མཚུངས་མེད་རྒྱལ་བ་དེ་ཡིས་  
 བསྐྱལ་མང་དུ། ། བོམས་པར་མཛད་ལས་ཆོགས་མེད་  
 འདི་མཁུན་འགྱུར། ། དྲང་སྤྱོད་ཚུལ་འདི་མཚུངས་པ་མེད་  
 པ་ཤི། ། སྤྱ་རབས་ག་ཤེགས་པའི་མགོན་པོ་བཟང་ལས་  
 གྱུར་། ། ཡང་དག་ལམ་འདི་སློབ་མའི་དབུས་སུ་  
 བསྒྲགས། ། བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཉི་མ་འདིས་གསལ་བྱས། །  
 བཞུར་དང་འཕྱོན་འགྱུར་སློབ་པ་དུ་མ་ཡང་། ། དང་པོར་ས་  
 སྤྱོད་ཡང་དག་ཚུལ་སྒྲངས་ནས། ། ཕྱི་ནས་བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་  
 པོར་ག་ཤེགས་འགྱུར་གྱི། ། ལམ་འདིར་མི་བསྟེན་འཛང་  
 རྒྱ་འགྱུར་མ་ལཱ། ། སྤྱིད་ན་ཆོས་འདུལ་ཉི་མ་ནམ་གནས་  
 པ། ། དེ་སྤྱིད་བསྟན་པའི་སྤང་བ་སྤྱོད་མིན་ཏེ། ། གང་ཟག་



ཐུབ་ཇེས་འབྲང་བའང་མང་བྱོན་བྱིད། ། སངས་རྒྱས་བརྟན་  
 བ་ཆོས་འདུལ་ཁོ་ན་ཡིན། ། མ་ཉམས་ཆངས་པར་སྦྱོད་  
 པའི་གང་ཟག་ནི། ། ལྟར་བཅས་འགོ་མང་ཕྱག་བྱའི་འོས་  
 ལགས་ཏེ། ། ཆངས་དབང་ཉི་ཟླའི་ལྟས་གྲང་བརྟན་འབྱུར་  
 ན། ། སྒྲིང་ན་དེ་ལས་ཆེར་གྱུར་སུ་ཞིག་ཡོད། ། ཆངས་དང་  
 གདོལ་བ་བརྒྱུད་པོར་སྦྱོད་བ་ཡང་། ། ཆོས་འདུལ་རིན་  
 ཆེན་བུམ་བཟང་འདི་བཟང་བས། ། རྒྱལ་རིགས་དྲེགས་  
 པའི་ཕྱག་གི་གནས་ཡིན་ན། ། ཅེ་སྒྲིང་ཆོས་ཀྱི་བྲི་འཕང་  
 འདིར་མི་བསྟེན། ། སྒྲིང་ན་ལེ་འབྲས་སྒྲུང་བ་ཇི་རྟོན་པ། །  
 ཆོས་འདུལ་ཉིན་བྱེད་སྒྲུང་འདིའི་བྱོན་རྒྱབས་ཏེ། ། གཞན་དུ་  
 སྒྲིང་པའི་ལྷན་ཁམས་རྒྱལ་པོ་ལ། ། ཆངས་པས་ལྷོངས་བ་  
 ཉིད་ལས་གཞན་ཡོད་མིན། ། ཚུལ་བྲིམས་ཅན་ལྷོན་པའི་  
 བསྐྱུང་ཞིམ་དྲིས། ། དེག་པའི་ཕྱག་དར་གོས་ཀྱི་ཆོལ་བུ་



ཡང་། ། ལྟར་བཅས་འགྲོ་བའི་མཆོད་ཉིན་ཉིད་ཡིན་ན། །  
 ལུ་ཞིག་ལེན་བྱས་འདི་ལ་སྒྲིམ་ལྟར། ། དུ་སྒྲིག་ཟླ་  
 གོས་གསར་པའི་དམར་འོད་དང་། ། འགྲོགས་པའི་ཚངས་  
 སྒྱིད་ལྟན་པ་གནས་ལྟར་པ། ། དེ་སྤྱིད་པ་འདི་བསོད་  
 ནམས་ལྟན་པ་སྟེ། ། མཐོ་རིས་འདྲར་འོངས་པའང་དོན་  
 ཡོད་ལྟར། ། ལྷ་ཚུལ་བདུད་ཅིའི་ལམ་འདི་ནམ་གནས་  
 པ། ། དེ་སྤྱིད་སྒྲིད་བཅུད་དག་མཆོད་དཔལ་གནས་ཏེ། །  
 ནམ་ཞིག་བསྟན་པ་རིན་ཆེན་ཉམས་དམས་པ། ། དེ་ཆོ་  
 འབྱུང་པའི་གྲོང་འདི་བས་པར་ལྟར། ། མི་འདུལ་ཁ་ལོ་  
 ལྟར་བ་ཟླ་ན་མེད། ། འཛིག་ཉིན་མགོན་པོ་བདེ་ག་ཤེགས་  
 སྒྲོབ་ནམས་གུང་། ། ཆོས་འདུལ་དམ་པའི་བྲིམས་ལས་མི་  
 འགོད་ན། ། ལམ་འདི་སངས་རྒྱས་མཛོད་པ་ཁོ་ནར་  
 གནས། ། མཚུངས་མེད་སྒྲོབ་པ་དེ་ཡི་རྗེས་ཞུགས་ཏེ། །



ཐུབ་པས་ལེན་གསུངས་ཁྱིམས་ལས་མི་འགལ་བར། །  
 ཚངས་སྒྱུད་ཡང་དག་སྒྲུམ་པའི་སྒྲུལ་བ་ཅན། ། གང་ཟག་  
 དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་བྱེད། ། དེ་ནི་བདུད་སྒྲུའི་  
 གཡུལ་ལས་རྒྱལ་འགྱུར་ཏེ། ། སྒྲིང་པའི་འདྲོད་ཡོན་དངོས་  
 པོ་དུག་གི་རྩྱ། ། འཁོར་ཕྱིར་འདྲོད་པའི་རྒྱ་ཡིས་འཚོང་  
 མིན་ན། ། དེ་ལ་གཞན་འཕྱུལ་ལྷས་གྲང་ཅི་བྱར་ཡོད། །  
 རྒྱལ་གྱུར་དྲེགས་པའི་སྒྲུམས་གྲང་དེས་སྤངས་ཏེ། ། ཚོག་  
 འཁོར་བདུད་སྒྲུའི་བརྒྱུང་བས་ངོམས་པ་ལ། ། ཡང་དག་  
 ཚོས་ཀྱི་སྒྲུལ་བ་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས། ། ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་  
 ཚོགས་གྲང་བོས་པ་བཞིན། ། འཚོང་གྱུར་འཁོར་བའི་འཛིན་  
 ཞེན་དེས་བརྒྱུལ་ནས། ། སྤུལ་གྱུང་ཡོན་ཏན་སྤུང་པའི་  
 དཔལ་འཛིན་དེས། ། ཐུབ་པའི་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རང་  
 དབང་བའི། ། དཔལ་འདི་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་ཐབས་



ཡིན། ། མཚན་དཔེའི་ཉི་མ་གཞིན་ནུ་དོན་གུན་གྱུབ། ། སྒྲིང་  
 འདྲིར་ལཁོར་ལེས་སྒྱུར་བའི་དཔལ་སྤངས་ཏེ། ། ཚངས་  
 སྒྲིང་ཟླ་གོས་གསར་པ་ལྟར་བཞེས་ནས། ། སྒྲིང་གསུམ་གྱི་  
 མཚོའི་པ་རོལ་དེས་བཀལ་གྱུར། ། དེས་འབྱུང་ཙུ་བ་བསྟན་  
 པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལྗོན། ། སྤང་ཟླང་ཁོ་ལག་རྒྱས་པའི་ཡལ་  
 གའི་བྱོན། ། རོར་བདུན་འཕགས་པའི་འདྲོད་དགའི་འཕྱང་  
 འཕྱལ་ཅན། ། ཆོས་འདུལ་དཔག་བསམ་ལྗོན་པ་དེ་ཁོ་ན། །  
 རགས་ཚལ་མེ་ཏོག་རྒྱས་པའི་སྒྲིང་ཚལ་ན། ། རྟོམས་ལས་  
 གཉིད་གྲིས་མི་འཆིང་མིག་མི་འཇུག། ། བསམ་གཏན་  
 བདུད་ཅིའི་བཅུད་ལ་དགེས་རོལ་བ། ། ཆོས་འདུལ་འདི་  
 འཇོན་ལྷ་ལས་བྱུང་པར་འཕགས། ། གསེག་དང་སྤྱང་དང་  
 སྤེལ་བའི་དུལ་ཁ་ནི། ། དེ་ལ་ཡོད་མིན་འབྱེད་རྒྱུ་མཐའ་  
 ཡས་པས། ། ལཁོར་བར་རྟོད་དགའི་ཡོངས་སྒྲིང་ནམ་པ་



ཡང་། ། ཅུལ་སྐྱབ་མི་དགོས་དེ་ལ་ངང་གིས་འོངས། །  
 སྤོང་འབྱོར་སྐྱ་མའི་རྒྱལ་ཐབས་འཛིན་མིན་ཡང་། ། དྲེགས་  
 རྩོམ་ཁིངས་པའི་ཐོར་ཚུགས་ཀྱན་གཞོན་པའི། ། གང་  
 ཞབས་སེར་མེས་རེག་པའི་རྒྱལ་ཕྱན་ཡང་། ། ས་གསུམ་  
 བག་འཁོས་བྱེད་པའི་ངོ་མཚར་ལྡན། ། ཡོངས་རྫོགས་  
 བྲིམས་གྱི་ཕ་བ་བཏན་ལྡན་པའི། ། གཞི་གསུམ་ཡལ་ག་  
 ཡངས་པའི་གྲིབ་བསེལ་དུ། ། སྦྱངས་ཡོན་ངལ་བསེའི་བདེ་  
 བའི་བག་ཡངས་ཅན། ། འདུལ་འཛིན་འཛམ་གླིང་མཛེས་  
 པའི་ལྷ་དབང་ཡིན། ། ཆོས་འདུལ་བཅས་པའི་རྩ་བ་མི་  
 བཏན་ན། ། ཉིང་འཛིན་མེ་ཉོག་རྒྱས་པའི་གི་སར་བཅུད། །  
 སྐལ་བཟང་བྱང་བའི་ཉེར་འཛོར་མི་བཞེང་སྟེ། ། ནམ་  
 གཡེང་ཕྱུག་གྱིས་བཞེས་པའི་ཐུང་ན་བྱེན། ། བ་རོལ་ཉེས་  
 སྦྱོང་གཡུལ་ལས་པམ་མིན་པའི། ། རྩོམ་པའི་ཕ་བ་ནམ་



བཞིའི་ཡ་ལང་ཅན། ། ཚངས་པར་སྦྱོང་ལྡན་མི་འཆོ་བདེན་  
 སྒྲ་ཞིང་། ། འདོད་པ་ཚུང་དང་ཆོག་ཤེས་ཁོ་ནས་མཛེས། །  
 མ་ཆེན་མི་སྐྱུར་འབྱེད་པའི་སེམས་ལྡན་མིན། ། ཚངས་པར་  
 མཚུངས་སྦྱོང་གོའ་གྱི་དག་ལ་གུས། ། བསྐྱབ་པའི་ཡན་  
 ལག་གཅི་བོ་འདིས་མཛེས་པ། ། བག་ཡངས་ཐོས་དང་  
 ཉིང་འཛིན་སྟོབས་གྱིས་རྒྱལ། ། གོས་གདན་ཡོ་བྱད་རྩ་  
 དང་གྱི་ནས་འཆོ། ། གསེག་དང་འཛིག་སྤངས་བསོད་  
 སྟོམས་བརྒྱལ་ཞུ་ཅན། ། སྐུམ་ཕྱུའི་གྲངས་འཛིན་ལྟུང་བའི་  
 སྒོ་བཅད་པ། ། དེ་ལ་དོན་མང་འདྲུ་འཛི་ཇི་ལྟར་སྒྱེ། ། དམ་  
 བཞིའི་ཆར་གཏོར་ཉེས་མང་རྒྱན་བཅད་ནས། ། གསེ་དང་  
 དགང་སྒྲ་མཐུན་པའི་སྦྱོང་ལམ་ཅན། ། ལྟུང་བ་དག་བཅུའི་  
 གོ་སྐབས་འབྱེད་མིན་པ། ། ཉིང་འཛིན་ནི་བའི་དགའ་བས་  
 ཅིས་མི་དགའ། ། ཅི་ནས་མཛེས་པ་ནི་བའི་སྦྱོང་ལམ་གྱིས།



། ས་རེལ་མ་དད་སྤྱེ་བའི་བྱ་སྤངས་འཁོར་། ། མ་བརྟུ་  
 བག་མེད་སྤྱོད་པ་ཀུན་བསྐྱམས་པ། ། ཉེས་མང་ཉེས་བྲལ་  
 འཇིག་ཉན་མཛེས་པའི་བྱ། ། ཉེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 སྐབས་དེར་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་མཚུངས་ཟླ་  
 དང་བྲལ་བ་ཞིག་ཁོ་བོའི་བགོ་སྐྱལ་དུ་ཐོབ་འདུག་པའི་  
 བསོད་ནམས་ཅི་མཆིས་པ་འཕྲུ་པ་བཟང་པོ་སྤྱོད་པའི་  
 སྤོན་ལམ་གྱི་བྱལ་པོ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཡོངས་སུ་བསྟོ་  
 བར་བགྱི་ལ་དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་བདག་སྤྱོད་གྱི་མཛོད་ན་མངོན་  
 པར་བསྟེ་ཡང་། མི་འཕེས་མ་དད་བག་མེད་ཉན་མངས་  
 མང་བ་བཅས་ཀྱི་སྒྲི་ཆེན་བཞི་ཚུལ་བཞིན་མ་བཅད་པར་  
 བཏེན། ཡུན་མི་རིང་བར་གོང་བ་འད་ཉེས་མང་གི་འཆོ་བ་  
 དང་། ལྷུང་བྱེད་གྱི་སྤྱོད་པོ་དང་། ལྷག་མའི་ཆོམ་པོ་དང་ཅུ་  
 ལྷུང་དབྱ་ཆེན་གྱིས་ཡམ་པར་བྱབ་སྟེ་བཞུག་སྟོར་འཁོར་བ་



གྱེ་མ་གྱི་རྟུང་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་མཁན་སྒྲོབ་དག་འདུན་  
གྱི་ཚོགས་དང་བཅས་པའི་སྤྱན་སྒྲར་གནོད་ཞིང་འབྱོར་ལ་  
མཐོལ་ཞིང་བཤུགས་གྱི་སྒྲོབ་པར་མི་འགྱུར་བར་མཛོད་དུ་  
གསེལ་ལོ། །

དེ་ནས་གསུང་ར་དང་བྱམས་རར་རྟགས་གསལ་  
ཐེངས་རེ་རྒྱང་བཏང་བར་སོང་ཞིང་ཉེར་གསུམ་གཏོར་རྒྱག་  
དང་ཉེར་བཞིར་རྒྱལ་དབང་ཕྱེ་ལ་ཞབས་བསྐྱོད་ཆེབས་  
རགས་རྒྱས་པར་ལྷད་མེར་སོང་ནས་ཕྱིར་ནང་རྩ་སྒྲོད་དུ་  
ལྷོག རྒྱལ་བསྤྱན་གྱི་གཞི་མ་ཚོས་འདུལ་སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་  
པ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་དང་། ཐོབ་པ་མི་ཉམས་པར་  
སྤང་བ། ཉམས་ན་ཕྱིར་བཅོས་པའི་ཐབས་གསུམ་དང་།  
བར་པར། ཕྱིར་རྒྱན་དག་བའི་བཤེས་གཉེན། རང་གི་རྒྱན་  
བསམ་པ་ཡུན་ཚོགས། མི་མཐུན་ཕྱོགས་སྤང་བྱའི་ལྷུང་བ་



ནམས་ངོ་བོ་ཕྱ་ཞིབ་ཤེས་པ། ཟས་གོས་འཛོལ་ཡོངས་སུ་  
 སྦྱང་ཚུལ་བདེ་བར་གནས་པའི་རྒྱན་བསྟེན་པ། བསྐྱབ་པ་  
 ཡོངས་སུ་སྦྱང་བ་གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་ངི་ལྟར་བྱ་  
 ཚུལ་བཅས་སྟོན་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་  
 དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲེས་མཛོད་པའི་འདུལ་བ་  
 གཞི་སྟོང་སྦྱང་སྦྱར་བསྟེན་བཅས་ཀྱི་གཞུང་ལྟེན་རིང་བརྒྱ་  
 བཀལ་དེ་སྒྲོལ་བེན། ད་དུང་ནམ་འགྲེལ་ཕྱོད། སར་ཕྱིན་  
 དཔྱིད། དབུ་མ་བསྒྲེལ། འདུལ་བ་སྒྲོལ་བཟུང་། མཛོད་  
 གངས་ཀ་བཙུམ་ཞེས་པའི་གཏམ་ལྟར། སེར་སྦྱང་རྒྱལ་  
 དབང་ཆོས་རྗེ་གོང་མས་མཛོད་པའི་འདུལ་སྒྲེལ་ཡོངས་་  
 གྲགས་མ་བྱ་སྒྲེལ་དུ་འང་འབོད་པ་ལྟེན་གོ་ལྟ་ཅན་སྒྲོལ་འཛིན་  
 བྱ་བའི་དབུ་བཙུམས། དཔོ་སྒྲ་འཁར་ནས་དཔྱིད་ཆོས་དང་  
 དེ་ཚུགས་པར་འདུལ་བ་དཔེ་བྲིད་ཕྱོད་སྦྱངས། ཆོས་༡༠



ཉིན་ཆེས་གཞུག་དང་། ཆེས་འཕུལ་ཚན་དེ་གཅུལ་དམ་  
 བཅའ་བསྟན། ས་ཟླའི་ཆེས་དད་པལ་ལྟན་གསང་ཕུར་ཐོན་  
 ཅིང་། ཐོག་མའི་ཉིན་ལྟ་གསེར་ཁྲིར་དམ་བཅའ་འགར་ཅེས་  
 དང་། གྲ་ཚང་གི་ཆེས་ར། ཟླའི་བདེ་ཡངས་ནམས་སྤྱ་རང་  
 ཁོངས་དམ་བཅའ་བ་ལ་ཁེལ་སྒྲུབས་འཁེས་པར་ལན་དང་།  
 དེགས་ལྟང་པར་ཉགས་གསལ་ཐོག་ ཆེས་༡༧རང་དེའི་  
 དག་ཆེ་དེང་ཕུན་ཆོགས་གསེར་ཁྲི་དག་བ་འཁེས་དམ་  
 བཅའ་བཞག་པའི་དམ་རྒྱབ་ལ་ཕྱིན། ཟླའི་དག་བ་འཁེས་ལ་  
 ལྟ་རམས་དང་ཆོགས་རམས་གཉིས་གདན་ས་གསུམ་རྩ་  
 བ་སྟོང་པ་བཅས་ཕུན་མེད་བ་དང་། འབྲས་སྦྱངས་སྤྱ་ཟླའི་  
 བསྟེ། དེ་རམས། མེ་ར་དང་དགའ་ལྟན་དུའང་དེ་དང་ཆ་  
 འདྲ་དང་། གསང་ཕུ་གསེར་ཁྲི་བཅས་མཆིས་པ་ལས། ལྟ་  
 རམས་ནི་སྟོན་ལམ་ཁར་མེ་འབྲས་དག་གསུམ་འཛོམས་



དཔར་འཛིག་དགོས་པས་དགའ་ལ་མཐོང་ཡང་ཅུང་ཟད་ཆེ་  
 བ་དང་། ཐ་མ་ནང་སྒྲིན་ས་དགེ་གྲ་ཚང་ཁག་བཙུའི་  
 དེགས་སྒྲ་ལྟན་འཛིམས་དབུས་དམ་བཅའ་བཞག་དགོས་  
 དའི་དགའ་ངལ་གཟི་བཞིན་ཕྱན་བྱ་ཡོད་ཆོད། བར་སྒྲུབས་  
 རྩ་བ་སྦྱང་དང་། ཉི་མ་ཐང་པ། ཁུ་སྒྲེལ་བ། སྒྲེ་སེར་བ་  
 སོགས་སྒྲ་མཚན་ཉིད་ཚྱོད་གྲ་རྒྱུན་ཆད་མ་ཟད། ཚྱོད་གྲ་  
 ཡོད་པ་དགའ་རྩ་གཉིས་ནས་གྱུང་། དམ་བཅའ་རེས་  
 འཁོར་ངོ་མ་དགེ་བ་འཕེས་དེས་དཔེ་ཆ་འཕེས་ན་གང་  
 ལེགས། དེ་ཙམ་མི་འཕེས་གྱུང་དཔེ་ཆ་སྒྲོབ་མཚམས་མ་  
 བཅད་ཙམ་གས་ལོ་གངས་གྲིས་འཁོར་མཚམས་འཁེལ་  
 སྒྲུབས་གསེར་ཁྲིའི་སྒྲིང་སྒྲིང་འཕེས་དང་གཏོང་སྒྲོ་ཁོ་ནས་  
 གྲ་ཚང་སེ་སེའི་དཔེ་ཆ་སྒྲ་དྲག་ཚང་མ་དམ་རྒྱབ་ཏུ་  
 གྲོགས་སྒྲན་བགྲོ་གྲོང་བཏང་བའི་ཚྱོད་ལེན་དེ་དག་གིས་



འདེབས་ཆེག་པའི་སྒྲུལ་ངན་ཆགས་པ་རེད། ཆོས་ཀྱི་གྲུ་  
 ཚང་ཆོས་རང་དམ་བཅའ་དང་། སྒྲིན་ཟླའི་ཆོས་ཀྱི་གྲུ་  
 ཀྱི་ཚང་གྲུ་བཞི་བཅུ་སྟོར་ཀྱི་སྒྲིང་ཞེས་སྒྲུལ་མ་རིའི་  
 ཡར་ཟུར་སྒྲིང་སངས། ཆོས་ཀྱི་ཉིན་དཔེ་ཆ་ནན་བྱ་ཆང་མ།  
 ངག་དོན། འཛིན་པ་བཟུང་ཤིང་། དེ་བཅས་ཐུབ་པ་རི་  
 མགོར་ཕྱིན། གསང་ཕྱ་གྲོལ་ནས་རྩ་སྟོང་དབྱར་ཆོས་ཆེན་  
 མའི་ནང་མཁན་ཚབ་ཏུ་ཞུས་འབྲེལ་མཛོད་འཛིན་གྲུའམ་  
 འཛིན་གོང་མར་སྒྲིས། རྩ་སྟོང་གྱི་དཔེ་ཆ་བ་པལ་ཆེར་  
 གཞུང་པོད་ལྡེ་ལས་འདུལ་མཛོད་ཅུང་ཞིག་ཞན་པ་ལྟར་  
 སྒྲིང་ཕྱིན་འདུལ་འབྲེལ་སྟོར་ལ། གུན་མཁྱེན་མཆོ་སྒྲིང་བ་  
 ཆེན་པོའི་འདུལ་ཁྱེད་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་དང་། རྩ་དགོ་འདུན་  
 ཐུབ་གྱི་རིན་ཆེན་ཕྱིང་བ། ཐུབ་དབང་སྒྲིང་གྲོས་ལེན་བཟང་  
 གི་ཡིག་ཆ་བཅས་མཇུག་སྒྲིང་ཐུན་བསྐྱེད་སེའོ། ཡུང་པོ་



དང་ཁམས་དང་སྒྲེ་མཆེད་གྱི་ནམ་བཞག དབང་པོ་རྒྱ་  
 ལྟམ། སྒྲོད་བཅུད་གྱི་འཛིག་ཏིན། ལས་དང་ཉོན་མེདས།  
 དེ་སྒྲོད་བྱེད་གྱི་ལམ་དང་སྒྲོད་མཁན་གྱི་གང་ཟག། ལྟམ་  
 བྱ་ཡེདས་འཁེས། འཁེས་བཅུ། སངས་རྒྱས་གྱི་ཡོན་ཏན།  
 བསམ་གཏན་གྱི་གནས་སེེ་བསྟན་པ་མངོན་པའི་སྒྲེ་སྒྲོད་  
 གྱི་དགོངས་འགྲེལ་གཞུང་ལྷུ་འབྱུང་ལྟམ་ཕྱག་དགུ་བཅུ་གོ་  
 དགའི་མངའ་བདག་མཁས་མཆོག་དབྱིག་གཏིན་གྱིས་  
 མཛོད་པའི་ཆོས་མངོན་པ་མཛོད་གནས་བཅུད་གྱི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་དེ་སྒྲོ་ལ་བཟུང་བ་དང་འབྲེལ། གོང་མ་ཉིད་རྒྱལ་  
 པའི་དབུ་བླ་གནད་བ་མཆིམས་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གྱིས་  
 མཛོད་པའི་མཛོད་འགྲེལ་མངོན་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་  
 མཆོ་ལྷུང་གཏིང་ཟབ་པ་དེ་ཡེདས་ཇོགས་སྒྲོ་འཛིན་ག་ལ་  
 ཐུབ་རུང་གནད་ཆེ་སར་ལུང་འདྲིན་བྱ་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ལས།



གོང་བ་འད་འདུལ་འགྲེལ་ནམས་གྱིས་མཆོན་སྒྲུབ་སོང་  
 ནམས་གྱི་འད་འགྲེལ་པོད་མང་དག་བལྟ་སྒྲོག་དཔེ་བྲིད་  
 བགྲོ་སྒྲིང་ཚོད་སྒྲུབས་དགོས་སྟབས། འདི་ནས་བཙུམས་  
 གཞུང་ཆེན་དགྲུས་གཅིག་སྒྲོ་འཛིན་གྱི་ངལ་བ་རེ་ཞིག་  
 བ་ཤོལ། ཉེར་དུག་ལ་ཆོས་གཞུག་དམ་བཅའ་བསྟུང་།  
 དེའང་སྒྲོན་ལམ་པོད་འཆར་ཅན་ལྟ་རམ་དགེ་བ་ཤེས་བཙུ་  
 དུག་དང་། གོང་ནས་སྒྱུན་གསལ་འཕར་མ་གཉིས་གསུམ་  
 ཅི་རེ་ཡོང་བར་འབྲས་སེ་དགའ་གསུམ་ལ་གསུམ་བཞི་  
 སྒྲུབ་རྒྱུན་ཐོབ་ཐོབ་ཆོགས་རམ་པའང་འགྲོ་རྒྱུ་ཡོད། རྩ་བ་  
 སྟོད་པར་སྒྲོན་ལམ་ལྟ་རམས་རེས་བསྒྲོར་ལོ་གནངས་  
 ཆགས་ལས་མེད་པ་དེ་བཞིན་སྒྱུར་བཏང་བྲ་སར་ལོ་  
 ༡༠སྒྲོར་ལོན་ལས་དཔེ་ཆས་པོར་རེ་ཆེ་བ་ཞིག་བདམས་  
 ཉེ་གཏོང་བ་དང་། ལོ་གྲངས་ཅམ་ལོན་པའི་རེས་བབས་



རྣམས་གསང་ཕུ་གསེར་ཁྱི་དག་བཤེས་ལ་གཏོང་སྟེ།  
 སྤྱལ་སྤྱུ་དང་ཆོས་མཛད་ཟེར་བ་རྟེན་དཔེ་ཆས་ཐེར་བའི་  
 གཏོང་ཆོད་ཡོད་ཕྱིན་དམིགས་བསལ་གྱིས་འགྲོ་ཆོག་ལ་  
 དེར་གནངས་ལེའི་ལྷ་རམ་དག་བཤེས་ཁྱོད་རང་ཡིན་  
 ཞེས་མཁན་པོས་ལས་སྟེ་བརྒྱད་བརྒྱ་སྟེར་བ་དང་། བརྒྱ་  
 སྟེར་བ་དེས་ཕྱོད་རྒྱུ་འཕྲོད་ལ་དམ་འཛིག་སྐབས་ཁོངས་  
 གྲུའི་མཆོན་འགས་མི་ཡོང་ཆེད་དཔུང་འཇུག་སྟེན་འགྲོའི་  
 ཁས་ལེན་པ་ལྟར་སྟེང་བདར་གྲ་ཆོང་དང་ཁང་ཆོན་དུ་  
 དམ་བཅའ་གང་མང་འཛིག་དགོས་སྟེལ་བཞིན་དེད་ལྷ་  
 རམ་དག་བཤེས་གཞན་དག་གི་རྣམ་དཔྱོད་བཟོན་འབྲུས་  
 རྣམས་བཞེས་ལོ་གངས་གང་ཅིའི་ཕྱོད་ན་མེད་རུང་། ཕྱོད་  
 རྒྱུ་འཕྲོད་ཅུ་ཞིག་ཡོང་འགས་ཆེ་བས་དེས་ཆོག་སྟེ་  
 དའི་རྣམ་ཆོན་ཁོངས་དྲེན་གྱིས་མཁན་ཆོབ་ལ་ཞུ་གསོལ་



འབྲེལ་དབྱེས་བཞིན་ལྟ་རམ་དག་བཤེས་གྱི་གནངས་བད་  
 བྱང་བས་ཆེས་ལྷི་བའི་གཙང་ནད་གྱིས་སྒྲིང་ལ་བེན། གྲོ་  
 བཞིན་ཟླ་བའི་ཆོས་ལྷན་ཚང་རྒྱུ་སྤྱད་སྒྲུབས་འཛིན་གོང་  
 མ་ཆོ་འགྲོ་མི་དགོས་བཞིན་དུ་ཁེངས་སེམས་གྲུ་འདོད་  
 གྱིས། དབུ་པར་འདུལ་སྒྲེམས། འདུལ་བའི་སྒྱི་དོན་སྒྲོར་  
 པོད་གཙུག་གི་ཆོད་ཙམ་དག་ཕྱག་གི་སྒྲ་པར་བཟུང་ཏེ་སྒྲོ་  
 འཛིན་རྒྱུ་སྤྱད་ཞུ་སར་ཕྱིན་པས་མཁན་ཆབ་གྱིས་བྱང་  
 གར་ཕྱག་དཔེ་བཏེག་ཁག་བཅུ་ཙམ་ནས་བཏོན་བཅུག་པ་  
 ཐམས་ཅད་གང་སྒྲུལ་གྱི་མཆོམས་ནས་འགར་འགར་བཏོན་  
 པས་དག་བཤེས་རབ་བཏོན་ཆོམས་མེད་གྱི་ཞལ་དམར་  
 ཕྱིག་ཕྱིག་ཏུ་བཞད། ཆོས་བཙེ་ལྟ་དང་ཉེར་གཉིས་ཉེར་དུག་  
 བཅས་པར་ཁང་ཆོན་རྟོ་གཙལ་དམ་བཅའ་བསྒྲད། ཆོས་  
 རེ་དགག་དབྱེ་སྒྲོལ་མ་ལྟ་ཁང་དུ་སྒྲོངས་རྒྱུ་ཕྱིན། རང་



གཞིས་ནས་བླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་དང་གཉིས་ནོར་འགའ་ནས་  
 མཆོད་འབུལ་དང་དོན་གཙོད་ལ་གཏོང་གནང་དྲེལ་བ་  
 དབང་ཆེ་དང་ཆོས་གྲུ་སོགས་ལྟ་སར་སྒྲེབས་ཚུལ་མ་  
 ཟད། འབྲས་སྦྱངས་སུ་འདུལ་མཛོད་དཔེ་བྲིད་ཚུད་སྦྱངས་  
 ཆོས་གྲུ་འགྲིམས་ཕྱིས་ཆོས་བཞི་ལྟ་སར་འབྱོར། ཕྱིར་ཉིན་  
 ནོར་སྒྲིང་དུ་ཆེ་དུ་དཔག་བསམ་ཞེས་ལོ་བཅུ་གཉིས་རེར་  
 ཐེངས་རེ་འབྲབ་ཚུལ་སྒྲིང་གྲུ་ཅན་དེར་ལྟོད་མེར་བྱོན་བ་  
 ལྟ་ཚུད་ནས་གདན་རྒྱུ་གྲུ་སྒྲིག་མ་འཁེས་སྒྲབས་བྲོམ་  
 གསེབ་འཆངས་ཀ་རྒྱུ་རྒྱུ་སྦྱང་བཀག་དམག་མིའི་ལྷག་  
 དབྱག་བྲག་དྲི་འབུལ་བ་རག་ཆོས་༡༥རང་གཞིས་ནས་  
 མངགས་གསལ་བཞིན་ཇི་བའི་སྒྲུ་རིལ་པོར་གསེར་ཆབ་  
 སྒྲོན་འབུལ་གྱིས་མཆོན་གཙུག་ལག་ཡས་མས་ནམས་སུ་  
 གསེར་ཀོང་སྒྲོན་འཁེལ་མཆོད་སྒྲོན་དང་འབྲེལ་ཆོས་



མངལ་ཞུས། ཆོས་༡༤ ཉིན་འབྲས་སྤྲུངས་སུ་ཕྱིན་ནན་སྒྲ་  
 ཆེན་༢༡ ལ་ཏུ་གནས་བཅས་གྲ་ཚང་སྒྲོ་གསལ་སྒྲིང་གི་  
 ཞོགས་ཆོས། ཉིན་ཆོས་སྒྲ་རིམ། ཐོར་ཆོས་སོཌ་པལ་ཆེར་  
 ཆག་མེད་ཕྱིན་ཅིང་ཆོས་དྲུག་འབྲས་ཉལ་རེའི་རྩོ་གཙལ་  
 དམ་བཅའ་བསྒྲད། ཁང་ཚན་གཞན་གྱི་དཔེ་ཆ་བ་སྒྲིང་  
 འདྲིར་ང་མིན་སུ་སྒྲུམ་གྱིས་འགྲིང་བ་འགའ་ཞིག་ནས་ཁོ་  
 བོ་ཆོས་གྲངས་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཁྱེད་ཆོའི་དུ་གོག་མཐིལ་  
 དམ་བཅའ་འཇོག་སར་ཡོང་རྒྱ་ཡིན་པས་རྟེན་གསལ་  
 གཏོང་རྒྱ་གྲ་སྒྲིག་གྱིས་ཞེས་བད་འབྱེར་ལ། དང་ཁོངས་  
 རྟེན་གསལ་བཅད་དོགས་མ་ཟད། པ་རེལ་ཁོ་འདོད་གྱི་  
 ཆོང་དང་། དངས་བསྟོད་གྱི་བསྟོར་བ་རྒྱུ་མཁན་དེའི་ང་  
 རྒྱལ་བཅག་ཐུབ་རེས་ཉིན་༢༡ ལ་གྱི་སྒྲོན་ནས་དཔེ་ཆ་བ་  
 དྲུག་གས་བཅུ་བསྟོར་བ་ཆས་བཟང་པོ་འབྲུ་རུབ་དང་



འབྲེལ་གྱ་འག་དབེན་པ་ཞིག་ཏུ་ཟུར་འཛོམ་གྱིས་ལན་  
 འདེབས་འཁོར་ཏུ་དགའ་བའི་དྲི་ཚིག་དང་། རྟོ་གསལ་གྱི་  
 གྲ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་འདུག་པ་རང་ཡང་དེ་འདྲའི་ཚོར་  
 བར་ཐེངས་ཁ་འགས་ཞུ། དེ་ལྟ་བུར་མང་པོས་འབྱུར་  
 འཛོན་གྱིས་མཉམ་རྒྱུ་བཞེན་རྟོ་གསལ་གཏོང་མིར་ཉན་  
 ཁ་དེ་ཙམ་མེད། བར་སྐབས་འཁོར་ཏུ་ཉོར་ཡ་མ་ཆེ་དཔག་  
 ནས་བརྒྱུར་བྱུང་བ། འབྲས་ཉག་དེའི་ནང་སྐབས་དེར་  
 དྲག་གསལ་ཆན་བཟླ་འཁོར་ནམ་རྒྱལ་དང་། ཡུན་ཚོར་སྒྱུ་  
 མཚོ། སྒྲོ་བཟང་བསྟན་པ་སོར་འཛོམས་ཏེ་ཁོང་པ་འདྲུལ་  
 བ་ལ་འཁོར་ཏུ་མཁས་གྲུ་ཅན་བཞེན་ལན་མི་ཐེབས་པ་  
 ཞིག་བཟོ་དགོས་ཟེད། འདྲུལ་བྲིམས་༡༥་པ་ནང་ནས་  
 དག་གི་ནམ་རིག་ཁོ་ནས་རྒྱུགས་པའམ་ལྷས་ལས་ལྷོས་  
 དགོས་པ། དོན་གོ་ཡན་ལག་ཏུ་དགོས་པ་དང་མི་དགོས་



དཔ། གཞི་སེམས་ཅན་ལས་གྱུར་པ་དང་སེམས་མེད་གྱིས་  
 བསྐྱེད་པ། ཟས་དང་གོས་དང་གནས་མལ་ལ་བརྟེན་པ་  
 སེེ་སྒྲེ་ཚན་༡༠སྟོར་བབྲངས་ཏེ། དེ་དག་གི་སྒྲེ་ཚན་  
 གཅིག་ཅམ་བཅུ་རུ་གི་བཅུ་ཚན་ནས་ཡོངས་ཇོེ་བཅུ་  
 རུ་སྟོམ་བསྐྱས་སྒྲེ་ཚན་ཅི་ལྟ་ཡོད་ཅེས་དྲིས་ནས་ལེེ་  
 དར་ངེས་ཀྱང་ཅེས་བྲངས་རྒྱུ་ཁོ་ནར་ཡུན་རིང་བསམ་  
 བཏང་དགོས་པའི་ལྟེ་ཅོད་ཏེ་གསལ་བཏང་སོང་བར།  
 བྱུང་སྟེ་དང་སྟེེ་པའི་ཐལ་དེབ་དང་། གསུང་ལན་གནང་  
 ཞིག་མང་ཚོེ་མགྱོན་དབྲངས་ལུང་སྟེ་ཐངས་མང་རྒྱུ་ཀྱང་  
 ཁོང་པ་རེ་ཞིག་སྟང་མེད་དུ་རྒྱ་ཚོད་སྟར་མ་བཅོ་ལྟ་ཚོད་  
 ཅམ་བསྟེད་དེ་མཐོ་བསམ་བཏན་པོས་བཏེ་མཐར་པལ་  
 ཆེར་ངེ་བཞིན་སྟེ་བས་ཏེ་གསལ་གཅོད་དེ་དེ་ལྟ་བུའི་རེེ་  
 ཀྱང་ལག་ལ་འགས་མཐོང་། སྟབས་སུ་ཉག་རེ་བཟུ་འགྱིས་



ནམ་རྒྱལ་དང་ཏེ་ཏེར་འཇམ་དབྱངས་སེགས་ལས་དཔེ་  
 བྱིད་ཞུས་ཤིང་། རྩོད་རྒྱུ་འཕྲོད་མིན་ཡོང་དེགས་ལའུར་  
 སེམས་ལྷི་པོས་མཚན་མོ་ཞུན་མར་དེགས་ཀྱང་ཡུན་རིང་  
 དཔེ་ཆ་བལྟ་སྒྲེག་གི་འབད་བཙོན་བཅས་མགོ་ཟླའི་ཆོས་  
 འཁར་འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་སུ་ཐོན། རྩོད་རྒྱུ་བཞེས་  
 སྐབས་རྩ་སྟོད་རང་ཁོངས་དགོ་བ་ཤེས་མཁན་པོར་ཐུག་  
 འདོད་མཆིས་པ་ནམས་ནི་མ་བསྟོས་པར། རྩ་སྟོད་མཁན་  
 པོའི་རེ་འདོད་གཏན་མེད་རྗེས་སུ་མཁན་པོའི་མཚན་འཆང་  
 བཞིན་པར་ཆོས་ཐོག་བྲོས་པེབས་བུ་དགོན་འཛེའི་ཁྱེ་ཕྱོག་གི་  
 ཡུག་པར་ཕྱི་གཅིག་སྐབ་བཙོན་མཛོད་སྐད་འབྲས་ཉག་  
 དེའི་དགོ་བ་ཤེས་སྒྲ་མ་ལྟ་ཞེས་པ་རྩ་སྟོད་མཁན་པོར་  
 བསྟོས་པ་པེབས། སྒྱི་སྟོས་ཡོངས་ལ་སྒྲིག་གཞོན་དོ་དམ་  
 ཆེ་ཞིང་། བྱད་པར་ངེད་རྩོད་རྒྱུ་མ་འཕྲོད་ན་གྲ་སའི་



མཚན་ལས་གང་མིན་ཡོང་བྱུང་བྱུང་སྒྲེས་མ་བཟོད་པ་ལྟ་  
 བྱས་འཛིན་གོང་མ་ཚོ་འགྲོ་སྒྲེལ་མེད་པའི་ཇ་བར་དམ་  
 བཅའ་ཚུན་ལ་ངེད་ཆེད་བོས་གྱིས་སྒྲོད་དུ་བཅུག་སྒྲོད་ཆོས་  
 དག་བསྒྲེས་བསྒྲེར་གཡེངས་ཚར་ནས་བྱེངས་དམངས་  
 དང་བྱུང་པར་འཛིན་གོང་མ་ནམས་ཆོས་རར་སྒྲོད་དགོས་  
 གྱི་སྒྲིག་མེད་ནའང་། མཁན་པོ་རང་ཉིད་བསྒྲེར་གཡེངས་  
 མ་ཚར་བར་སྒྲོད་དགོས་སེེ་འཁོར་ཏུ་སྒྱུན། ཆོས་བརྒྱད།  
 བཙེ་ལྟ་ཉེར་ལྟའི་དུས་བཟང་དམ་བཅའ་ཆོས་གཞུག་དང་  
 གྲ་ཚང་ཁང་ཚན་གྱི་མཚན་ཡུད་ཉིན་དང་པོ་བཅས་དག་  
 བ་འཁོས་བརྒྱུར་དེ་སྒྲོད་དགོས་རང་འབྲིའི་བྲལ་ལྟར་  
 བཞག་ནམ་འགྲེལ་འཛིན་གྲུང་ཡང་དམ་བཅའ་ཐེངས་མང་  
 བཞག་བཅུག་དཔེ་ཆ་འཁོས་པའི་སྒྲོད་གྲུ་མེད་སྒྲུབས་  
 ལན་མི་ཐེབས་པ་དང་། རྟོ་གསལ་ཆད་པར་སྒྲོད་དག་དེ་



ཅམ་མེད་ནའང་། རྩ་སྟོང་སྐྱུལ་སྐྱུ་དཔེ་ཆ་གང་ལེན་ཞེས་  
 འགའ་ཞིག་གིས་ཅལ་སྟོག་འཁེས་ཁག་ཕྱན་བྱུ་ཕྱིག་ཚུན་  
 དམ་བཅའ་འཛིག་པ་དང་། རྟོན་གསལ་གཏོང་བར་སྟོང་  
 འཕྱེ་བའི་དངངས་སྟོག་ཆེ། དེད་གཅིག་ཕྱར་མ་ཟད་གཞན་  
 ལའང་སྐྱུལ་ལྷུག་གི་ཆེད་མཁན་རིན་པོ་ཆེས་རྩ་བ་སྟོང་  
 པའི་དཔེ་ཆ་བ་འདི་ཆོ་སྟོབ་གཉེར་རྒྱར་བཙོན་རྒྱུ་བས་  
 རྟོན་གསལ་ཆ་ངར་གང་ཆེ་ཐོངས་ཞེས་འབྲས་སྦྱངས་གྱི་  
 མཁས་པ་ཆོར་བྱར་གཏམ་གནང་གཟེར་བཏེན་ཆེས་  
 གཞུག་དང་མཚན་ཕྱད་ནམས་སྐྱུ་མཁན་པོ་རང་ཡང་ཆེས་  
 བྱིར་ཕེབས་ནས་གཟེན་རྟོག་དང་རྟོན་གསལ་འཁེས་རྒྱ་དང་  
 རྟོན་དམ་བཅའ་ཡིན་པའི་ཉིན་དེར་བཟའ་བ་མི་དྲན་པ་ལྟ་  
 བྱའི་དངངས་འཛབ་ཆེ་བས་ཞན་བྱུ་རྒྱུ་མ་དང་བཟྱ་  
 དགའ་ལྟ་བུའང་ཞེད་དེ། ནམ་རྒྱུན་གཟན་མི་གྱོན་པར་



འགག་སྒྲོར་ཐོན་མི་ཆོག་པའི་སྒྲིག་ལམ་མཆིས་བཞིན་པར་  
 སྒྲུ་མ་གཟན་མ་གྱིན་ཆབ་སངས་ལ་བྱི་སྒྲོའི་གཡུལ་ཁར་  
 ཐོན་པ། གན་བཟ་དགའ་དམ་བཅའ་འགོ་རན་ཁང་ཆོན་  
 ཆོམ་ང་འཆོགས་སར་ཐུག་པས་དཔྱལ་ཞག་རྒྱག་པ། ཐུ་  
 རྒྱུ་རྒྱལ་མཆོན་དམ་བྱིར་འཛིན་རྗེས་འདར་ཏེ་མགོ་ཡི་ཞུ་  
 སེར་ལག་པས་དམ་འཛིན་དགོས་པའི་གནས་རྒྱལ་བྱང་  
 ཟེར་རོ།

རང་ལོ་༡༩༩༩ལོ་༡༩༩༩ལོ་ལྷན་ཁྲུང་བྱ་ལྷ་བ་དང་  
 དེའི་ཆོས་༡༩༩༩ལོ་ལྷན་སྒྲོན་ལམ་དུ་ཐོན། ལྷ་རམ་དགོ་  
 བ་ཤེས་དག་ལ་རྟེན་གསལ་ཆ་ངར་བཏང་བ། མཐོང་ཆོ་  
 སང་མོད་བདག་ལ་འདི་ལྷར་རན་སྒྲུ་མ་འཛིན་སྒྲིག་སྒྲི།  
 བཅོ་ལྷ་ཉིན་གསུང་ཆོས་ར་བར་སྒྲིག་གི་བཀའ་ཆོས་ཞུ་  
 བར་བྱིན་ཅིང་སྒྲོན་ལམ་གྲོལ་ནས་འབྲས་སྒྲུངས་སུ་ལོག



འདི་ནས་བཟུང་སེམས་ཚུབ་གྱིས་སྒྲོ་འཛིན་བྱས་པས་ས་  
 ཆོད་མེད། དཔེ་སྒྲོག་གིས་མཐའ་མི་ཆོད། དཔེ་བྲིད་རྗེས་  
 སྒྲོས་ཡུན་མི་བརྟན། ཚུད་པ་བགོ་སྒྲིང་ཁོལ་བྱས་སྒྲེབས་  
 རྒྱངས་མི་ཆེ་བ་བཅས་ཅི་བྱ་གཏོལ་བྱལ་ལྟ་བུས། ལ་ལར་  
 སྒྲོར་འཛིན་བྱས། གཞན་དག་ཏུ་དཔེ་སྒྲོག་ བྱང་རེར་ཆོས་  
 རར་ཚོད། སྐབས་སུ་དཔེ་བྲིད་བཅས་གྱི་ཟེང་ལོང་དུ་གྱུར་  
 ཅིང་། བདེ་ཞིང་སྦྱིད་ལ་བག་ཕེབས་པའི་སྐབས་ཉིན་  
 གཅིག་བྱལ། མཛུབ་ཚུར་ལག་རྗེས་སྟོན་རྒྱུང་འདི་ཡིན་  
 མེད་ངང་ཆོར་མཆོད་ལ་བྱིན། དེའི་རིང་སེར་བྱས་དག་  
 བ་ཤེས་ལྷན་གྱུབ་བཙུན་འབྲུས་ས་ནས་དབྱ་མ་ཐལ་  
 བསྒྲེག་དང་བདག་འགོག་ རྒྱ་རྒྱང་ནག་སྒྲོ་སེར་གྱི་རིར་པའི་  
 གཏང་སེ་དང་འཛིན་མཚམས་དོགས་གཙོད་ཞུས། གྲོལ་  
 ནས་འབྲས་དགོན་དུ་སྒྲོ་མང་སེག་ཕོ་བསྟན་པ་ཞུ་བའི་



མཁའ་མཁའ་གྲུ་ཅན་མདུན་མཛོད་གྱི་དཔེ་བྲིད་ཉན། ཆོས་  
 ༡༡ལ་ཉར་གཏོང་རྒྱུ་ཁང་དུ་ཁང་གསར་མཆོག་སྐྱུལ་  
 རིན་པོ་ཆེ་ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེའི་ལྡན་གས་  
 ལྟང་གནང་མོང་། མཛོད་དེ་བཟའ་བུ་ལྟང་ཡང་དལ་བར་མི་  
 ཁོམ་པ་ལྟར་ལ་ལྟང་ཞུ་བ་ལྟ་ཅི་སྟེས། སྐྱུ་ཅན་ཕྱི་ལྟོད་ལ་  
 ད་ལྟར་ཡང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་རིན་པོ་ཆེའི་ལྟང་གི་  
 སྐྱུལ་བ་ཆད། སྐབས་དེར་བྲེལ་བཅོམ་འབད་འབུངས་བྱས་  
 དའི་དམིགས་ཡུལ་དག་བཤེས་ཞེས་དའི་མིང་སྐྱམ་གྱིས་  
 དན་པ་ཅི་བྱུང་སྟོན་ཅིག། སྟོ་སྟོང་ཆོས་རང་འཛིན་གྲ་འཐབ་  
 ད་ན་ལན་དང་། རྟོ་གསལ་གྱི་ཁུར་སྒྲངས་འཁོར་། ས་ག་  
 སྟོ་བ་ཆོས་པ་ན་གསང་ཕུ་དབྱར་ཆོས་ཁེལ་རུང་། འབྲས་  
 དགོན་རང་དུ་དཔེ་བྲིད་དང་བཟོ་སྟོང་སྐྱར་བས་པན་  
 སྟོབས་ཆེ་ངེས་སྐྱམ་མ་ཕྱིན་པ་འབྱེར་ཚོར་གཏོས་ཆེ་བ་



ཞིག་སྒྲེས་ཐོངས་པའི་ཚོད་དོ། ། དེ་ཆེ་བས་ལ་དྲི་རེ་བྲལ། །  
 དགའ་བའི་གཏམ་ཡང་ཡིད་ལ་གཟན། ། གཉིན་བཤེས་  
 གྲོའ་ལ་ཁོང་སེམས་འབྱུག། ། དེ་ཕྱིར་ཡིད་ནི་ནལ་མི་  
 གནས། ། བྱིས་པ་སྡོད་མ་ཚུར་བྱིས་སྡེག་སྒྲུག་གི། ། ཐལ་  
 བ་གནམ་དུ་གཏོར་བའི་ཕྱིད་མེར་གཡེངས། ། གྲུབ་འབྲས་  
 ཉིལ་ཙམ་མ་ཐོབ་སྒྲེས་དར་དེ། ། བདེ་བའི་མལ་དུ་གཉིད་  
 མ་ལོག་པ་འགྱུར། ། སྒྲེག་ཆད་པ་ཡི་འཇིག་སྒྲེར་བ། ། དོན་  
 མེད་ལྟས་སེམས་མནར་བའི་ཁྱུར། ། འདི་འདྲའི་ལས་འདི་  
 སྒྲུངས་སེམས་པ། ། ལྷ་ཡིས་བསྐྱུས་སམ་གདོན་བྱིས་བྱས།  
 ། དཔེ་བྲིད་དང་འབྲེལ་ཆོས་རར་ཕྱིད་སྒྲུངས་ལ་འབད་  
 ལྟར་ཟླ་བ་ལྷ་པའི་ཆོས་ཉེར་བཞི་ནས་གྲུ་ཆང་ཆབ་རིལ་  
 བས་སང་ཕྱིད་རྒྱུར་འདྲ་བས་སོང་ཞེས་བད་སྒྲུར་བྱུང་བ་  
 བཞིན་ཕྱིར་ཉིན་ནོར་སྒྲིང་དུ་ཕྱིན་ཡང་རྒྱད་པའི་ཕྱིད་རྒྱུར་



དང་ནོར་འདུག་པས་ཉིན་འགས་ལྷ་ལྷན་དཔལ་ལྷན་ནང་  
 སེ་ལྷེ་འཆང་སར་བསྐྱད། ཆོས་འཇལ་ནོར་བུ་སྒྲིང་ཁར་  
 དག་བཤེས་རིན་པོ་ཆེ་འཕེས་རབ་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་རྒྱལ་  
 བའི་བཀའ་འཁྱུར་པར་བསྐྱུན་ཞུ་དག་མཁན་པོར་བཞུག་  
 ལུང་འབྲེལ་འདྲིས་བཞེན་ཁོང་སར་གནས་བཅས་སྒྲ་བ་དུག་  
 པའི་ཆོས་ལྷ་ཉིན་གཟིམས་རྒྱུ་ལྷེ་བའི་ཆོས་དུ་བཅད། ཚུང་  
 དཔང་འགར་བུང་ཆོས་རྗེ་རྣམ་གཉིས་དང་སེར་བྱེས་མཁན་  
 པོ། མཚན་ཞབས་གཉལ་གྲ་གོར་བཅས་དབུ་བཞུག་ཡང་  
 ཐོག་སྐྱག་ནས་བྱང་གཟིམ་གསུམ་གྱུར་ཡུལ་ཞིག་ཏུ་རེད་  
 རྗེས་ལོའི་ལྷ་རམ་ཡིན་རྒྱ་བ་རྣམས་ལྷན་ཅིག་འཛོམས།  
 མཚན་ཞབས་པས་གཞུང་པོད་འདི་ནས་ཏྲ་གསལ་  
 ཐོངས་ཞེས་པའི་བཀའ་དང་བསྐྱུན། སྒྲ་མང་སེག་པོ་བར་  
 བསྐྱས་ལ་པར་བྱིན་ཆོས་འཁོར་དང་། དྲང་རེས་སྒྲོར་ནས་



བཏང་སྟེ་འདྲེ་བའི་བཅས་བྲིམས་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་མིན་  
 ཟེར་དགོས་པ་དང་། སྟོན་པེ་གཉིས་པར་དབྱ་མ་ཚུ་སྒྲ་  
 ནག་སྟོ་བཏང་སྟེ་རྒྱལ་བའི་སྒྲ་ལ་མི་མངོས་པའི་ཆ་ཡོད་  
 པར་ཁས་བྲལ་དགོས་པ། སྟོ་སྟོང་མི་ཉག་ཚུལ་བྲིམས་  
 ལ་མངོད་གནས་གཉིས་པ་ལྡན་མིན་འདྲ་བྱེད་ཐད་ནས་  
 དེར་འཕྱལ་གྱིས་དེད་དེ་སེམས་ཅན་སེམས་དང་མི་ལྡན་  
 པ་ཡོད་ཟེར་དགོས་པ་བཟེས་པས་མཚོན། མི་ཉག་ཨ་  
 གཅེས་ལ་འདྲེ་བ་ལྡན་ཕྱགས་བཏང་། ཕྱི་དྲོ་དེད་དམ་  
 བཅའ་སྟོད་བཅུག་བྱུང་བར་སྟོ་མང་སྟོན་པེས་འདྲེ་བ་  
 རབ་བྱུང་གི་གཞི། སྟོན་པེ་གཉིས་པས་ཞུ་བ་སྟོར་བསྟན།  
 མི་ཉག་ཚུལ་བྲིམས་ནས་སྤང་ལྟུང་། ཨ་གཅེས་ནས་ནམ་  
 འབྲེལ་ཕྱོར་སྒྲ། བདེ་ཡངས་བ་དང་པོས་སྒྲ་ཉོག་གཞན་  
 སེལ། གཉིས་པས་ནལ་འབྱོར་མངོན་སྲུང་སྒྲ་བ་བྱེད།



གསུམ་པས་པར་བྱིན་དང་ངེས་ལེན་བཤམ་པ་ལྟར་སྒྲིང་བོ། སེར་  
 བྱེས་ཏེ་ཏོར་པས་སེམས་བསྐྱེད། བྱེས་སེག་པོས་དག་  
 འདུན་ཏི་ལྟ་སྒྲིང་། སེག་པོ་གཞན་ངེས་དབུ་མའི་མཆོད་  
 བཟློད། སེར་བྱེས་ཞིག་གིས་དབུ་མ་ཐལ་བསྐྱོག་ རྗེས་སུ་  
 དགའ་བྱིར་ཕེབས་པ་སེར་སྒྲིང་རྒྱལ་རོང་བས་དབུ་མའི་  
 དགའ་བྱ་བྱ་བ་ཆེས་དགའ་བ། དགའ་ལྡན་བྱ་བ་ཅེ་རྒྱ་བོས་  
 མཛོད་ཡོངས་ལེས། ལྟར་ཅེ་བ་དང་པོས་མཛོད་མཆོད་  
 བཟློད། གཉིས་པས་མཛོད་གནས་བདུན་པ་ལེས་བཙུའི་  
 ཐད་ནས་ལྟི་ཅོད་རྟོག་གསལ་བྱུང་། ཅོད་རྒྱུ་མ་ལྟོས་ན་  
 རྒྱལ་སྐྱོན་གཞོན་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིམ་པའི་དགོངས་ཡངས་ཕྱན་བུ་  
 ཡོད་འདྲས་རྟོག་གསལ་ཆོད་བཟོས་ངར་བ་རྟོག་མ་བྱུང་།  
 ཆོས་བདུན་ལ་བདེ་ཡངས་བ་དང་པོར་པར་བྱིན་ཏིན་  
 འབྲེལ་བཙུ་གཉིས། བདེ་ཡངས་དག་འདུན་འབྲིན་ལས་ལ་



དབུ་མ་སེམས་བསྐྱེད་བཅུ་པ་སངས་རྒྱལ་གྱི་མཛོད་འཕྲིན་  
 རྟོག་མེད་རྟག་བྱུང་ལྟན་གྱུ་བ་སྟོར། བདེ་ཡངས་བ་གསུམ་  
 དར་མཛོད་གནས་དུག་པ། ཐོས་སོར་ལས་བྱུང་བློ་རྣམས་  
 རི། མིང་དང་གཉིས་ཀ་དོན་ཡུལ་ཅན། ཞེས་ཐོས་བསམ་  
 སྟོམ་པའི་བྱུང་པར། སེར་བྱེས་ཏེ་རྟོར་བར་འདུལ་བ་མདོར་  
 བསྐྱུས་སྟོར་བཏང་བར་མདོར་བསྐྱུས་སྐྱར་བའི་པམ་པ་  
 ཡོད་ཅེས་ཁས་བླང་མཐར་དེས་འཛིན་ལ་འགལ་བ་མང་  
 དུ་བྱུང་། སེར་བྱེས་སོག་པོར་རྣམ་འགྲེལ་ལེའུ་གསུམ་པའི་  
 ཚོད་འབྲས་གྱི་རྣམ་བཞག སོག་པོ་གཉིས་པར་པར་ཕྱིན་  
 སྐབས་བརྒྱད་པ་སྟེ་གྲངས་དེས་ལ་འཕྲུ་སེང་ཕྱོད་ཚུལ།  
 སེར་སྦྱང་སོག་པོར་མཛོད་གནས་བདུན་པ་བཏང་། ཕྱིར་  
 རང་ཚོར་རམ་པ་གཉིས་པོས་འདུག་པར་ག་ཉམ་ནས་གོ་  
 ཐོས་སྟུ། ཚོར་རམ་པ་བཅུ་ཕྱོད་རྒྱུར་བཞེས་སྐབས་ཁོང་



གཉིས་དཔེ་ཆ་ལེན་པ་དགོངས་མངར་བཞེན་སྟོན་ལམ་ལྷ་  
 རམ་གྲས་སྟོབ་སྟོང་ཞེར་བ་སྐྱུ་བྱུང་དང་བཇེ་རེས་གནང་  
 ཅེས་ཡིན་འདྲག་བཟོད་པར། ཚང་མ་རང་ཡིད་རང་ལ་མ་  
 ཆེས་པའི་དོགས་སྒྲག་མ་ཟད། ལྷག་པར་ངེད་ལོ་ན་གཞོན་  
 ཞིང་གྲ་སར་སྟོབ་སྟོང་ཡུན་ལྷུང་བཅས་རྒྱན་མ་ཡིད་སར་  
 རྟེན་སྐབ་དཔེས་རེས་པར་ངེད་དང་བཇེ་མདོག་ཁ། རྩ་སྟོད་  
 ལ་ཚོར་རམ་པ་ཡིང་མ་སྟོང་བར་གདོང་གོང་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ལྷ་  
 རམ་བཟང་གྲས་གོ་ཕེར་ཡིང་རེ་དང་། ཁོས་བྱུང་ང་མིན་  
 སྐྱུ་ཡིན་དངས་བསྟོད་གྱི་དཔའ་ཁས་བླངས། མདུང་ཕྱག་  
 པར་བཟེད་ནས་སོང་བར་ད་ཆར་ལྷ་རམ་གྱིས་གོ་མ་ཆོད་  
 སྒར་མེད་གསར་སྟོས་ཚོར་རམ་དུ་ལྷུང་ཅེས་ངོ་སྟོན་མི་  
 ཕོད་པའི་སྒྲོ་ལོའི་རྒྱལ་མཆོན་ཞིག་འཕྱར་བའི་སྐྱུ་ལ་བ་མེད་  
 དམ་སྟུམ་སྟོ་ལ་ཉེ་བའི་དངངས་ཚབ་ངང་ཕྱིར་ནང་འགར་



ཕྱི་བར་གནས་སྒྲ་མ་བསྟེན་པ་དང་དབྱར་ཁས་ལེན་ནང་  
 འདྲམས་སེཌ་སྟེར། སེར་སྦྱང་རྒྱལ་པོང་བར་དབྱ་མ་  
 སེམས་བསྟེན་གསུམ་པ། བྱང་ཕྱི་བར་འདྲལ་བ་གསེ་སྟེང་  
 གི་གཞིའི་ཐང་ནས་བཏང་བ་སེཌ་དང་། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཚོར་  
 རམ་བསྟེན་པ་འཤེས་རབ་ལ་ནམ་འགྲེལ་ལྷང་འགལ།  
 ཉག་རེ་ཡུན་ཚོར་རྒྱ་མཚོ་ལ་ནམ་འགྲེལ་གཞན་སེལ་གྱི་  
 ཐང་ནས་རྒྱས་འཁྱུར་ཕྱི་ལ་འདྲན་ཚ་ངར་ཡིན་ཁྱལ་དང་།  
 བྱེཌ་པོ་གཞན་ནམ་པ་ཡང་ཐུར་འདྲོད་བྱ་གཅིག་གི་མི་  
 ལྟར་ནན་པོས་མནན་སེང་བས་ཚོར་རམ་པ་གཉིས་ཁྱུག་པ་  
 འཚོར་ལ་ཁང་བྱས། ཕྱིད་རྒྱུར་བེན་ཉིན་གཟིམས་རྒྱང་དུ་  
 བསམ་ཡས་ཕྱི་དམར་པོ་ཁོག་ཞུར་གནང་སེང་བར་ཡུན་  
 པོང་བཀའ་བསྟུར་ལྟ་རམ་བེན་རྒྱ་བ་རེ་རེ་ནས་ཚོར་རམ་  
 གཉིས་གྱི་བརྗེ་ཡང་ཉིད་མིན་ན་སྟམ། སེམས་ཁོང་དུ་རྒྱང་



དེ་གནས་པ་ན། དེ་ཞིག་ནས་མཚན་ཞབས་གྱིས་གསེར་  
 སྒོའི་ལག་གུ་བོས་ཏེ་བཀའ་ཕེབས་སུ། ལོ་འདིར་ཚོགས་  
 རམ་ནང་ནས་དཔེ་ཆ་ལེགས་པ་གཉིས་ལྟ་རམ་འོས་གས་  
 བཏེན། ལྟ་རམ་ནང་གི་ཞེར་བ་ཞིག་དང་བརྗེ་ཕྱིས་ཡིན་  
 ཞིང་། ལྟ་རམ་ནམས་དཔེ་ཆར་བྱང་ཆུབ་ཡིད་བབ་སྤྱུང་  
 མི་སྤང་རུང་སྒོ་འགས་ཆེན་པོར་གྱུར་ན་སྟམ་རང་སེར་  
 འཛིག་རྒྱ་སེང་བ་ལུ་མཐུད་དཔེ་བྲིད་ཕྱོད་སྤྱངས་ཡག་པོ་  
 བགྱིས་ཞེས་ཕེབས་འཕྲུལ་ཅི་འདི་མི་ལམ་མིན་ན་སྟམས་  
 པ་བྱུང་ངོ་། །

ལྟོན་འཁོར་མེ་ཏོག་ཕྱིང་བས་ནམ་མཛེས་འཁོར་། །  
 ཁང་བཟང་བཀོད་པ་སུམ་ཕྱོད་ལོངས་སྤྱོད་སྒྲིན། །  
 དེད་གྱི་ཕྱོད་རྒྱགས་གཟིགས་མེར་འཕྱོན་པ་ལྷ། །  
 ཁུར་ཆེན་མ་པོར་དེ་སྤྱིད་ངས་མ་མཐོང་། །



ལྷག་རྒྱན་ཉིར་བཞིའི་བདེ་ལ་ནམ་རེལ་བ། །

བྱ་བ་བྱས་པའི་དབྱ་བཅེས་དེ་དག་ལ།

བདེ་བ་འདི་ལས་ལྷག་པ་གནས་མེད་ཕྱིར། །

མེད་ཟད་བདེ་བའི་བདག་པོ་ཡིན་པ་ལྟོན། །

དེ་ནས་ལྷ་གོང་དཔལ་ལྷན་དུ་ཕྱིན། རང་སེལ་ལྷ་འཆང་  
སོགས་ལྷོས་བཅས་རྒྱན་གྱང་སེམས་བྱལ་ལས་གྲོལ་ཏེ་  
དགའ་སྦྱོའི་ནམ་འགྱུར་ཅིའང་སྟོན། ལྷ་ཚོགས་གྱེ་དགོ་  
བ་ཤེས་དཔེ་ཆའི་གོ་དོན་ལེགས་གྲས་ནམས་རྒྱད་གྲར་  
ཞུགས་དགོས་པའི་བཀའ་བསྐྱར་ཡོང་མུར་ད་ནི་དམ་  
བཅའ་དངོས་གཞིའི་སྐབས་ཡེར་བློན་ཡོང་རེ་མི་དགོས་  
པས་ངལ་གསོ་བག་ཕེབས་གྱིས་བཞུགས་ཞེས་དང་། རང་  
ནས་གྱང་རྒྱད་པར་འཇུག་ནས་བླ་མ་དབུ་མཛེད་གྱེ་གོ་  
གནས་ལྷ་མོས་བྱི་ཁྲིག་སྐྱག་འདྲའི་ད་མུས་དོན་མེད་



སེམས་ཁྱུང་དགའ་ཆོགས་དགོས་གུ་མེད། རིང་མིན་རྩ་  
 རྟོད་ཆབ་གཞུག་གུ་ཡངས་དང་། རང་ཐའི་འཛིན་གུ་  
 རྣམས་གསར་བྱལ་ལས་ཐར་བའི་སྒྲི་སྒྲོན་ཉིན་བདུན་ཕྱག་  
 གཉིས་གསུམ་གུ་ལམ་དེའང་ཐག་ཉི། དེ་མིན་འཇམ་  
 དབྱངས་དགུན་ཆོས་གཏོང་སྒྲི་མ་རན་བར་ལྷ་སར་བསྐྱད་  
 དེ་རྣམ་གཡིང་ལྷད་མེ་ཁྲོམ་འབྲམ་བྱས་གྲང་རྒྱུ་བས་དེ་  
 དག་གི་བདེ་སྦྱིད་གྱི་དཔལ་ཆེན་པོ་དང་། ཅེ་བའི་དགའ་  
 རྟོན་དང་། གནས་གཅིག་ཏུ་བཅེངས་པ་མེད་པའི་ལྷས་  
 དང་། འགོག་པ་མེད་པའི་དག་དང་། སྒྲི་སྒྲོན་བྱལ་བའི་  
 སེམས་གྱི་ཉམས་དགའ་བསྐྱངས་ཏེ་སོས་དལ་དལ་  
 གསའི་དུས་ལ་བབ་བོ་སྒྲུམ་པའི་འབྲལ་སེམས་གཅིག་  
 ལས་གཉིས་སྤེལ་ཆོས་༡༡འབྲས་སྐྱངས་སུ་སྤྲེལས། རིང་  
 མིན་རྩ་རྟོད་དུ་ལྷོག་པར་ཉི་བ་ན། རྒྱ་བཟང་རི་ཁྲོད་དུ་སྦྲོད་



ཅིང་ཕྱིས་ཆབ་དགོན་སེགས་སུ་མཛོད་སྟོན་ཆེ་བ་བྲག་  
 གཡལ་པ་འོ་འབེམ་ཏེགས་ལྡན་ནས་འཕྲལ་མར་ཚུ་བཟང་  
 ཏུ་ཡོང་སྟེ་དབྱར་ཁས་ལེན་ཡང་དེར་བྱས་ཕྱིན་ཆོས་ཞུར་  
 ཆེད་བཅར་རོང་ཐ་སྐྱབས་མགོན་ནས་གསེལ་འདེབས་  
 སྟོན་བདག་ཞུས་ཏེ་སྐྱབས་རྗེ་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེས་  
 བཀའ་ཆོས་མང་ཙམ་འཆད་སྟེལ་གནད་ཕྱིས་འདུག་པའི་  
 ཡིག་འཕྲིན་ཆོར་བཅད་མ་ཞིག་བསྐྱེདས་འབྱོར་བྱུང་བར་  
 འཕྲལ་གྱི་འཆར་སྒྲོ། བཀའ་ཆོས་ཞུ་བ་དག་ནི་ནམ་པར་  
 གཡོང་བའི་སྐབས་དང་། ཅི་བདེར་རོལ་བའི་སྐབས་མེད་  
 གྱི་ཐུན་རེ་རེ་ནས་ནམ་པར་ངལ་བ་དང་སྟོ་བ་དང་། ཉིན་  
 གངས་མང་བཙུམ་ཞེ་སྟན་པ་སོར་ལྷས་དང་སེམས་གདུང་  
 བ་ཅི་རེར་པ་འབྱུང་བ་ཞིག་ན་སྒྲར་རང་ཡུལ་དུ་བདེ་བར་  
 ལྡོག་ཆོག་པའི་སྐབས་རྟིང་ཞེན་བྱི་ཆན་ཁོ་དགོ་བ་ཤེས་



ཞེས་པའི་མིང་གོག་རྩལ་གོང་སྒྲམ་པེ་མུར་བའི་ཨུ་ཚུགས་  
 རྩལ་འཁྱུར་རྒྱན་ཐུག་འཆེར་གྲོན་ཅམ་ལས་དོན་གྱི་ཟུངས་  
 བཅུད་དུ་སྒྲིན་པ་ལར་མ་བྱུང་། ད་ཡང་ཆོས་ཞུ་ཟེར་བའི་  
 དགའ་ཆོར་རང་སྒྲུག་ཉི་བ་དེ་འདྲའི་མཆེད་པེ་ཞིག་ཏུ་མི་  
 འགྱུར་གང་། ཡང་ཅུད་ཟད་དཔྱད་པའི་བསམ་པར་ཕྱིན་  
 ཟུར་འཕྲོད་པས་སེས་དལ་བག་མེད་ཁོ་ནར་དུས་ཆོད་  
 གྱེལ་སྒྲམ་འདིའང་དོན་ཆེ་རྒྱེད་དགའི་ཉིན་ལ་འོས་སུ་གྱུར་  
 པ་ག་ལ་ཞིག་བཀའ་ཆོས་ཞུ་བ་ནི་སྒྲུང་མར་བཅུར་གཞོན་  
 གྱི་ལས་ལ་འགྲོ་དོན་འཕྲིན་ལས་ཞེས་མིང་སྒྲིན་གྱིས་  
 འཁོད་པ་བྱུན་ཆོངས་དད་འདུན་མགོ་འཁོར་ཆོར་པ་དང་  
 འབྲུལ་བ་སྒྲུད་པའི་ལག་ཆས་ཡེ་བྱད་མེད་མི་རུང་ལྷ་ཅི་  
 སྒྲོས། རང་གིས་ངས་མེད་ཆོས་གྱི་ཉམས་ལེན་འདྲ་བྱེད་  
 ཐུབ་བྱུང་ཆོ་ཉམས་སུ་བླང་བའི་གདམས་པར་སྒྲིན་གྲོལ་



རྒྱུ་ཁྱེན་ཅི་རྟེན་པའི་བརྒྱུད་པ་མེད་ན་མི་ཡོང་བ་གཞུང་  
 ལྟུང་མང་པོ་དགོངས་དབྱངས་གཅིག་གྱུར་དུ་སྒྲུང་བས་གྲ་  
 སའི་ཆོག་སྒྲུལ་ཕྱིད་པ་རྒྱ་དྲེག་པ་དང་བྱེ་མ་བཅོམ་བ་མི་  
 ལྟ། གདོང་གོང་གོང་མ་ངག་དབང་དམ་ཆེས་རྒྱ་མཚོ་དེ་  
 གྲ་སར་བཞུག་སྒྲུབས་འགར་ཆེན་ཟློ་བཟང་དར་རྒྱས་མདུན་  
 ནས་བཀའ་ཆེས་ཁ་འགས་གསུང་པར་གྲ་སའི་ཕྱིད་པ་བརྒྱ་  
 ལས་དགའ་བ་བྱུང་ཞེས་གསང་ནམ་ཞལ་གསུང་མར་  
 གསལ་ལ་འཁོད་བཞིན་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོ་ཆེས་ལྷི་བ་ཞིག་ལས་  
 གཞན་དུ་ན་ཉེས་དམིག་མང་ལ་འབད་པས་ངལ་བར་བྱས་  
 ཉི་བསྒྲུབས་བྱུང་འབྲུབ་པའི་ངེས་པ་མེད་ལ། རྒྱུ་བྱུང་  
 མཉེན་རྒྱུང་བའི་ལོག་འཛོ་སྒྲན་གྲུ་དང་འདྲོད་ཡོན་  
 ཡོངས་སྒྲིད་འདི་དག་ནི་རྒྱུད་པས་ཆོམ་པ་མེད། བསོད་  
 ནམས་སྤྱི་མི་འབྱུང་། རང་དང་གཞན་ལ་ཕན་པ་མེད། ངལ་



འཚོ་བའི་སྐབས་དང་བུལ། བྲེད་ཞེན་ཕྱིར་ཞིང་འཕེལ།  
 བདེ་བ་དེ་ཕྱིས་སྤར་མི་ཕྱིད་། མི་ལམ་མིས་པ་ལས་སང་  
 པ་ལྟར་བྲན་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བས། ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་  
 འཕྱར་གཡེང་བག་མེད་དང་གནས་ཤིང་རྒྱ་བའི་ངན་སྦྱོད་  
 ལས་ལྡོག་སྟེ་ནམ་དགར་གྱི་ལས་ལ་འདྲག་པ། གསུང་  
 རབ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པའི་ཚོག་དོན་ཕྱན་བྱ་  
 སྦྱོར་སྦྱང་ལག་རྩེས་ངོམས་པའི་དུས་ནི་འདི་ཡིན་ནོ་སྟམ་  
 བཀའ་ཆོས་ཞུ་སར་འགྲོ་རྒྱུ་ལྟོ་ཐག་ཆོད་པ་སྐབས་དེ་  
 དང་། རང་གི་རྒྱུད་ཆོད་དང་བརྟུན་ན་ཆོས་ཕྱིར་བྱ་དགའ་  
 རུང་ཅམ་སྦྱད་པ་ཡིན་སྟམ་ལྡོམ་སེམས་སྦྱེའོ། །ཁྱེ་བ་དུག་  
 པའི་དམར་ཕྱོག་དགའ་བ་དང་ཕོར་མ་འདུལ་ཕྱིས་ཆོས་  
 བཙེ་ལྟར་ཁེལ་བའི་ཞོགས་སྤར་དཔེན་གནས་རྒྱ་བཟང་རི་  
 བོད་དུ་ཕྱིན། སྐབས་རྗེ་རྗེ་འཆང་པ་བོད་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་



མདུན་བཅར་དགེས་པའི་གསུང་གིས་དབྱུང་འབྱུང་ཞིང་།  
 བཀའ་ཆོས་ཇི་གནང་གི་གྲུལ་དུ་ཞུག་འཐུས་ཞལ་བཞེས་  
 ཐོབ། བཀའ་ཆོས་ཞུ་བར་ལྟར་པ་དག་སྒྲིང་བརྒྱ་སྒྲིང་དང་  
 མཉམ་སྦྱབས་ཇི་རིན་པོ་ཆོས་སེར་མདོ་བསྐྱུར་པ་བཅས་  
 གསེ་སྒྲིང་གི་ཚུལ་འཁོར་སྒྲངས་ཏེ་ཕྱིར་ནང་སྒྲ་བར་དབྱར་  
 ཁས་སྒྲངས་གདིང་བ་རྒྱུ། ཆོས་༡༥སྒྲ་མར་ཐོག་མའི་  
 ཏེན་འབྱུང་དུ་ཇི་ཆོ་འཛིན་མའི་ཆོ་དབང་དང་། སྒྲ་མ་དབྱ་  
 མ་པ་ལ་ཇི་བཅུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་གྲིས་དངོས་སུ་  
 སྒྲུལ་བའི་འཇམ་དབྱངས་ཆོས་སྒྲིང་ནང་གི་འཇམ་དཔལ་  
 ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ། དཔའ་གཅིག་ལུས་དགྲེལ། ལྷག་  
 ལྷ་པག་མོ་བཅས་པའི་ཇིས་གནང་དང་། བཅུ་བདུན་ཕྱི་  
 མར། ཆོ་ལྷ་བདེ་མཆོག་དཀར་པོ། རོར་ལྷ་སྒྲོལ་མ་རྒྱལ་  
 མཚན་ཅན། ལས་ག་ཤིན་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་གྱི་ཇིས་



གནང་དང་། ས་སྐྱུའི་གསེར་ཆེས་མཁའ་སྐྱོད་སྒྲོལ་གསུམ་  
 མམ་དམར་པེ་སྒྲོལ་གསུམ་གྱི་ནང་ཆོན་རྒྱ་རེ་མཁའ་སྐྱོད་  
 མའི་བྱེན་རྒྱབས་ཙུལ་བ་བྲོབ། ཆེས་༡༤ཉིན་སྤྱིད་སྒྲོན་ཞེས་  
 ཁང་པ་བཅར་བས་ཆེས་མཆོམས། བཅུ་དགུ་ལ་ཕག་མེ་  
 ཞལ་གཉིས་མའམ་ཨིན་མཁའ་སྐྱོད། དམར་ཆོན་སྒྲོལ་  
 གསུམ་ནང་ཆོན་ལྷ་མེ་རིག་བྱེད་མ་དང་། ཆོཌ་བདག་གི་  
 ཐུན་མེངས་ཐུན་མིན་ཇེས་གནང་། ཉི་ཤུར་མེ་ཉི་མཁའ་  
 སྐྱོད་དང་། དམར་ཆོན་ཁྱེ་བོ་འདྲོད་རྒྱལ། དམར་རྩུ་རྒྱ་རུ་  
 གྲུལ། ལྷ་མེ་ཉི་རུ་མ། ལྷ་མེ་ནོར་རྒྱན། འཇམ་དཔལ་ནག་  
 པོ། ཇོམ་དམར། སེང་གདོང་མ་བཅས་གྱི་ཇེས་གནང་དང་།  
 གསེར་ཆེས་བཅུ་གསུམ་ལ་བགྲང་ལྟ་མང་ཡང་སྟག་  
 ཡུའི་ཇེས་ཆོག་ནང་བགྲང་བ་འཆི་མེད་དེ་ཇེའི་ལྷ་མེའི་  
 དབང་མ་བཞུག་པར་གསུངས་ཤིང་། གསེར་ཆེས་བཅུ་



བཞི་པར་བཟང་པ་སང་གེ་སྒྲུ་འེག་གཏང་བཟུམ་ལུང་  
 ཞུས། ཆོས་ཀྱི་ཉན་ལྟོ་བྱག་བྱབ་ཆེན་ལ་གསང་བའི་  
 བདག་པེས་དངོས་སུ་སྦྱུལ་བའི་ཕྱག་རྡོར་ཆོས་སྒྲུབ་ལས།  
 ཕྱག་རྡོར་རྡོན་དམ་སེམས་བརྒྱུད་དང་ཕྱག་རྡོར་འེར་ལྷ།  
 གཏུམ་པེ་ལྷ་ལྷ། དྲག་པེ་གསུམ་སྒྲིལ་བཙུམ་གྱི་རྗེས་གནང་  
 ཞུས། ཉེར་གསུམ་ཉེན་རྒྱལ་པེ་རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་གྱི་བཀའ་  
 ཆེན་བཙེ་ལྷའི་ནང་ཆོན་རྣམ་སྤྲུལ་དཀར་པེ་ཆོ་འཕེལ། ཡང་  
 གསང་སྤྱོད་པེ་བཞི་སྒྲུབ། མདུང་དམར་ཙན་སེར་བརྒྱུད་  
 དང་། ཉེར་བཞི་ཉེན་རྣམ་སྤྲུལ་དབང་བཀའ་འཕྲོས་བདུན་  
 ཞུས་ཀྱིང་སྒྲུ་མ་འེན་པེ་ཆོ་ལྷ་སར་གདན་དྲངས། དེའི་འེང་  
 དབྱར་བྱིན་རྒྱབས་འབྲེལ་འབྲས་སྤྲུངས་ཞེ་སྤྱོད་དུ་བསྒྲུབ་  
 ཅིང་གནམ་གང་ཉེན་བསམ་སྒྲོ་ཁང་ཆོན་དུ་སྒྲུབ་མེ་ལུང་  
 དས་གཟུག་གྱི་ཉི་མའི་རྣམ་ཐར་འཆམས་པ་དང་། ཟླ་བ་



བདུན་པ་ཉིས་བརྒྱེེ་ལྔ་མའི་ཆོས་༡༥་གནས་ཆུང་དུ་ལྷོད་  
 མེ་ཕྱིན་ཏེ་སྒྲར་ཆུ་བཟང་དུ་ལྷོག། ཆོས་གསུམ་ལ་བདེ་  
 མཆོག་དྲིལ་བུ་ལྷ་ལྷའི་དབང་ཆེན་གྱི་ལྷ་གོན་དང་། ཕྱིར་  
 རང་དབང་སྒྲུར་དངོས་གཞི་ཐོབ། ཆོས་ལྷ་ནས་བཙུམས་བུ་  
 དེ་ལོ་ཙྰ་བས་བསྐྱེེ་པ་ལྷ་ག་པའི་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་སྒྲུབ་  
 ཐབས་བ་དེ་བརྒྱ་ཙུར་གྲུ་པའི་དབང་ལྷ་སྒྲུར་མ་དང་།  
 སྒྲུབ་ཐབས་རྒྱ་མཆོ་ལྷ་ག་པའི་ལྷ་ཉིས་བརྒྱེེ་སྒྲུར་གྱི་རྗེས་  
 གནང་སྒྲུབ་ཐབས་གྱི་ལྷ་དང་སྒྲུར་པ་ཞུས། ཆོས་༡༤་ཉིན་  
 ལྷ་མ་དེན་པེ་ཆོས་སེ་ཐར་མདོ་བསྐྱེེ་གནང་འབྲེལ་གསེ་  
 སྒྲུང་བྱས། འདི་ཉིན་ཁ་སང་འབྲས་སྒྲུངས་བྲ་མང་ནོར་གླིང་  
 འཕོད་ཞུས་ལ་བཅུར་བའི་ཟིང་ཆ་ཐོས། ཆོས་༡༥་ནས་དབུ་  
 བཙུམས་དདུལ་རྒྱུ་འབྱོར་ཡིག་སྒྲུང་ནས་དཔལ་དེ་རྗེ་  
 འཇོག་ཕྱིད་ལྷ་བཙུ་གསུམ་མའི་བསྐྱེེ་རྒྱུ་ཉམས་འབྱོར་



སྒྲ་དགོངས་དམིག་རིམ་གྱི་ཐུན་སྦྱང་དགོས་པ་བྱུང་པར་  
 ཅན་སྒྱལ་བ་ཞུས་པའི་ཁྱེད་ལྟེན་མཆོད་མཆོད་བཅས་  
 གོལ། སྒྱབས་ཁྲི་བ་བོད་ཁ་མཆོག་སྒྲག་ལུང་བྲག་ཁྲི་  
 སྒྱལ་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་མི་ཏུ་བརྒྱ་ཅུ་འཛིན་དབང་ཆེན་གསུམ་  
 པར་འཕྱོན་བཞེད་ངེད་གྲང་ལྷན་བཅར་ཞུ་འདུན་ཆོས་  
 ༡༥ རྒྱུང་ཐང་སྒྲར་དམག་གིས་བཀག་ལུགས་སྟོང་སྒྲར་  
 གཏམ་སྒྲ་ཆོར་ངང་གདོང་དཀར་སྟོང་སྒྲ་དམག་མི་མང་  
 པོ་འཕྱང་རུང་ཐབས་མཁས་གྱིས་བསྦྱོང་པར་ཉེས་སྦྱོན་མ་  
 བྱུང་། སྒྲག་ལུང་བྲག་ཏུ་འཕྱོར་ཞིང་རིན་པོ་ཆེ་འབྲས་  
 སྒྲངས་སྒྲ་གྲ་པར་ཁི་ཉེན་བབས་གསེད་མཛོད་པར་ཕེབས་  
 པ་གནམ་གང་ཉེན་སྒྲར་ཆིབས་བསྒྲར་ཞལ་མཇལ་བཀའ་  
 ཆོས་སྒྲན་གསུམ་པབ་པོ་ ཁྱོ་བཞིན་ལྷ་བ་ཕྱི་མའི་དཀར་  
 ཕྱོར་རྒྱལ་བ་དང་པོར། སྦྱོན་བདག་འོན་རྒྱལ་བྲས།



སྐྱབས་ཐེ་རིན་པོ་ཆེ་པ་ཐོང་ཁ། རོང་ཐ་སྐྱབས་མགོན།  
 གི་ངག་དབང་ནོར་བུ། གི་བྱང་། རོལ་ཁང་འཁར་སྐྱལ།  
 གུང་རུ་འཁར་སྐྱལ། རྒྱ་མཆོ་གླིང་མཆོག་སྐྱལ། རྒྱེ་མཁན་  
 བཟུན་ཆོས་སྐྱལ་སྒྲ། མཆོ་སྒྲ་སྐྱལ་སྒྲ། ཁང་སར་མཆོག་  
 སྐྱལ་རིན་པོ་ཆེ། ཨོ་རྟོག་སྐྱལ་སྒྲ། དགའ་ལྡན་ལྟོ་པ་སྐྱལ་  
 སྒྲ། དྲག་གཡཔ་གི་ནན་སྐྱལ་སྒྲ། གྲོ་མོ་དགོ་བ་འཕེས།  
 བཀའ་འགྱུར་བླ་མ་ཡེ་འཕེས་རོན་ལྡན་སོའ་བླ་སྐྱལ་དགོ་  
 བ་འཕེས་བརྒྱ་ཕྱག་བཀལ་བ་དང་མཉམ་པོར་སྤྲོད་བླ་མེད་  
 སྤྱིའི་དབང་བསྐྱར་སྤྲོ་གོན་ག་འཕེན་ཐེ་ག་འཕེད་དམར་གྱི་སྒྲོ་  
 ནས་དང་། ཕྱི་རྩོ་ག་འཕེད་དམར་ལྟ་བུ་གསུམ་གྱི་དབང་  
 ཆེན་ཞུས། ཆོས་བཞི་སྤྲོད་བྱ་རྒྱུ་སྤྱིའི་སྤྲོ་གོན་ལྟ་མོ་  
 དབྱངས་ཅན་མའི་སྒྲོ་ནས་དང་། ཆོས་ལྟ་སྤྲོད་དབྱངས་  
 ཅན་མའི་དབང་ཆེན་དང་ཕྱི་རྩོ་འཕེན་ཐེ་ག་འཕེད། གཤོད་



རྒྱལ་གི་དབང་ཐོབ། དེ་བཞིན་དུ། ཆོས་རྒྱལ་ཉིན་རེ་བྱོང་ལོ་  
 མ་གྱིན་པ་དང་འཇིག་ཁྱེད་ལྟ་དག། ཆོས་བདུན་གཙུག་ཉིར་  
 གདུའ་དཀར་དང་། རྣམ་སྒྲུང་སྒྲུང་བའི་ལྟུ་གྱི་འཇིག་ཁྱེད་  
 ལྟ་བཅེ་བརྒྱད། བརྒྱད་ལ་རྣམ་རྒྱལ་མ་དང་འཇིག་ཁྱེད་ཞལ་  
 གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྟ་དག། དག་ལ་ཇོ་མ་གྲུ་ལ་དང་ཕྱག་  
 རྩེར་འཁོར་ཆེན། ཆོས་བཅུར་སློབ་དཔོན་ཐོད་སྐྱམ་རུས་  
 རྒྱན་སེའ་རེ་རུ་ཀའི་ཆས་ཞུར་བཅས་བདེ་མཆོག་དཀར་པོ་  
 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྟ་ཉིར་དགའི་དབང་དང་ཆོར་  
 མཆོད་མཛོད། དེའི་སྒྲ་རྩེར་ཁ་འབར་མའི་གཟུངས་ནས་  
 འབྱུང་བའི་ཐུབ་ཆེན་གྱི་དབང་བསྐྱར། བཅུ་གཅིག་ལ་  
 འཇམ་དཔལ་ཨ་ར་པ་ཅ་དང་བདེ་མཆོག་ཞལ་བཞི་ཕྱག་  
 བཅུ་གཉིས་པ་ལྟ་བཅུ་གསུམ། བཅུ་གཉིས་ལ་ཐུར་ཇེ་ཆེན་  
 པོ་ཕྱག་བཞི་པ་དང་བདེ་མཆོག་ལྟན་སྐྱེས་ལྟ་ལྟ། བཅུ་



གསུམ་སྒྲ་མར་དོན་ཞག་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྟ་དག་  
 དང་ཏེ་ལོ་པ་ལྟར་གྱི་བདེ་མཆོག་ཞལ་བཞི་ཕྱག་བཅུ་དྲུག་  
 པ་ལྟ་དག་བཅུ་གསུམ་གྱི་མར་སྒྲན་རས་གཟིམ་མེད་གེ་སྒྲ་  
 དང་གཉིས་མེད་རྩེ་རྩེ་ལྟར་གྱི་བདེ་མཆོག་ཞལ་གསུམ་  
 ཕྱག་དྲུག་ལྟ་བདུན། བཅུ་བཞིར་པདྨ་ཅོད་པན་གྱི་རྒྱུད་ལ་  
 བཏེན་པའི་ཏ་མགྱིན་ལྟ་བརྒྱ་དང་བཅུ་བདུན་པ་དང་ཏེ་ལོ་  
 པ་ལྟར་ཕག་མོ་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་དྲུག་ལྟ་བཅུ་གསུམ།  
 བཙེ་ལྟའི་སྒྲ་དྲོ་མི་གཡེ་བ་ལྟ་བཅུ་གཅིག་དང་། ཕྱི་དྲོ་སྒྲིབ་  
 དཔོན་ལྟ་ཆས་སུ་ཞུར་པ་སོར་ཕྱག་ལེན་རྒྱས་པར་བཅས་  
 རྒྱ་རོ་པ་ལྟར་ཕག་མོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྟ་བཅུ་  
 གསུམ་གྱི་དགྱེལ་ལཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ། བཀའ་  
 འགྲུར་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་དོན་ལྡན་མཆོག་ནས་སོ་ཐར་གྱི་མདོ་  
 རྒྱས་པ་བསྒྱུར་གནང་ཚུངས་མས་གསེ་སྒྲིང་མཛོད་པར་ཞུར།



ཆོས་བཅུ་དྲུག་ལ་ནམ་འཛམས་ལྷ་ཉིད་གསུམ་དང་ཕག་  
 མེ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྷ་བཅུ་གསུམ། དེན་པེ་ཆོས་  
 ལྷ་ནམས་གྱི་དགྱེལ་འཁོར་སྐྱབ་མཆོད་མཛོད་པའི་བར་  
 མཚམས་སུ་དགའ་ལྡན་ཁྱི་དྲུགས་སྐྱལ་སྐྱས་སྐྱོན་བདག་  
 ཞུས་ཏེ་བཀའ་འགྱུར་ཟླ་ཚན་ཡེ་ཤེས་དོན་ལྡན་ནས་ལྷང་  
 སྐྱ་རོལ་དོར་གྱི་གསུང་བཀའ་རྒྱ་མའི་ལྷང་གནང་སར་  
 ཡང་ཕྱིན། བཅུ་བདུན་ལ་སྐྱ་སྐྱབ་གྱིས་ཕྱག་ན་དོ་རྒྱུ་  
 གཟུངས་གྱི་རྒྱས་སུ་འབྱངས་ནས་མཛོད་པའི་ཕྱག་དོར་  
 མདོ་ལྷུ་སྐྱ་མདོག་སྒྲོན་པེ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ལྷ་  
 དགུ་དང་ཕག་མེ་དོན་གྲུབ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་པ་ལྷ་  
 བཅུ་གསུམ། འདི་དག་གི་ཆོ་ལྷ་ཉི་ཁ་དང་ཅོད་པན་ཆས་  
 འཇུག་ལ་རྒྱབ་སྒྲོད་རྒྱད་པའི་དགེ་བ་ཤེས་ཤིག་གིས་  
 དོན་རམ་ཡིན་ཁུལ་ལྷང་ཐག་དཔལ་བར་ཤེད་གྱིས་



བསྐྱམས་པའི་དགའ་ཆོགས་ཆེ་ཙམ་སྤྱད་། བཙེ་བརྒྱད་ལ་  
 ཕྱག་རྟེན་བདུད་ཅི་ཐེག་པ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་རྟུག་པ་གཙོ་  
 རྒྱུ་དང་ཕག་མེ་དབུ་བཅད་མ་ལྟ་བུ་གསུམ། བུ་  
 དགུར་ཕྱག་རྟེན་གོས་སྟོན་ཅན་གཙོ་རྒྱུ་དང་མེ་ཁྲི་མཁའ་  
 སྟོན་ལྟ་དགུ། ཁྲི་ལྷུར་ཕྱག་རྟེན་མཆོད་ཁྲིན་སྟོན་པེ་ལྟ་  
 བདུན་དང་ཕག་མེ་ཞལ་བཞི་ཕྱག་བུ་གཉིས་པ་ལྟ་སྟོ་  
 བདུན། ཁྲི་ཅིག་ལ་ཕྱག་རྟེན་ལྷུ་སྐྱབ་མ་ལྟ་བུ་གསུམ་  
 དང་ཕག་མེ་གོང་ལྟ་ལྟ། ཁྲི་གཉིས་ལ་ཕྱག་རྟེན་ལྷུ་  
 ག་ཤོག་ལྟ་ལྟ་དང་མ་རྟ་ལྟ་ལྟ་ཞལ་བཞི་པ་ལྟ་ལྟ། ཁྲི་  
 གསུམ་ཕྱག་རྟེན་ལྷུ་ནག་ལམར་བ་ལྟ་དགུ་དང་ཁུ་ཁུ་རི་  
 པའི་ལྷུ་མ་རྟ་ལྟ་ལྟ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པའི་དབང་  
 ཆེན་ཐོབ། ཁྲི་བཞི་སྟོན་ཐུ་རྒྱུ་ཐ་མ་རྟེན་མི་ལྷུག་པ་ལྟ་  
 བུ་གསུམ་དང་། ཕྱི་རྟེན་སྟོན་དཔོན་ཁྲི་རུ་ཀའི་ཆས་ལྷུ་



བཅས་ཐུག་ཇི་ཆེན་པོ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོའི་དབང་བསྐྱར་དང་  
 དེའི་སྒོ་ནས་ཚོར་མཆོད་མཛད། མི་འཁྲུག་དབང་བསྐྱར་བྱེད་  
 ངར་འདིའི་ལས་རྩུ་བསྟེན་པ་དགོས་པར་གསུངས་ཤིང་  
 དེའི་བསྟེན་པའི་ཁས་ལེན་ཡང་ཡོད། ཉེར་དུག་སྤྲོད་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་སྤྱིའི་སྤྱོད་ཐོན་དང་ཕྱག་རྩེར་འགྲོ་བཟང་ལྟ་དགྲ། བཟ་  
 གར་དབང་ཞལ་གསུམ་ཕྱག་བརྒྱུད་ལྟ་བུ་བདུན་གྱི་  
 དབང་ཆེན་ཐོབ། སྒྲོབ་དཔོན་ནས་དབང་སྒྲུབ་གནང་བའི་  
 ཐུན་བར་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་པོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་བསྐྱོད་རྩོར་  
 གྱི་ཁྱིད་དང་། ཁང་སར་མཆོག་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་ནས་ཆོས་  
 ཚན་མང་པོའི་ལྷན་ལུང་གནང་བ་སོར་ཆོས་རྩེ་ཁག་མང་  
 ལ། འདི་སྒྲུབས་དེད་སྟེས་དབང་བླ་མ་ཡེ་ཤེས་དོན་ལྡན་  
 གྱི་གསུང་ཆོས་གྲལ་སྒྲུབས་པ་ལུང་སྤྱིའི་གསུང་བཀའ་རྒྱ་  
 མ་བེན་ཏེ་ཇི་དགོ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ་ལུང་ཞུས།



ཆོས་ཉེར་བདུན་སྡེ་དྲཱ་ལ་འཕྱོར་བྱུང་གི་སྟེ་སྟོན་དང་ཀུན་  
 དེག་ལྟ་བུ་དང་དགྲ། ཉི་སྤུལ་ལྷགས་གི་སྒྲིལ་མ་ཉེར་  
 གཅིག་བཅས། ཉེར་བཟུང་ཆོ་དཔག་ལྟ་དགྲ་གསུང་གི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དང་སྒྲ་མེད་ཐ་མ་མ་རྩ་རྩ་ལའི་དཀྱིལ་  
 འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ། ཉེར་དགྲར་ཕྱག་རྟོར་  
 དགར་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་ཐུག་གི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 དང་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཡོན་ཏན་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ་བུ་དང་  
 ཞེ་བཞི། གནམ་གང་ཉན་ཁྱེ་བེ་མེ་ལྟར་འབར་བ་མཐིང་ག་  
 ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་པ། ལྟ་བུ་བདུན་ཕྱིན་ལས་གི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་དང་། ཕྱགས་སྒྲིང་རྒྱལ་ཆེན་དང་བཅས་པའི་  
 དཀྱིལ་འཁོར་ཕྱག་རྟོར་སྟོན་པོ་ཞལ་གཅིག་ཕྱག་གཉིས་  
 ལྟ་ཉེར་གསུམ། བཟུང་པའི་ཆོས་གཅིག་ལ་གཟུང་བཟུང་  
 རྒྱ་སྐར་དང་བཅས་པའི་ཕྱག་རྟོར་ལྟ་ཞེ་ལྟ་དང་ཕྱག་རྟོར་ལྟ་



བརྒྱད་དང་བཅས་པ། ཆོས་གཉིས་ཁྱོ་བོ་ཁམས་གསུམ་  
 ནམ་རྒྱལ་སྤོན་པེ་ལྷ་ང་བདུན་དང་འགྲོ་འདུལ་སེར་པེ་ལྷ་  
 ང་བདུན། སྤོང་ལ་སྐྱབས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་པ་བོང་ཁ་མདུན་  
 ནས་རྒྱ་རོ་མཁའ་སྤོང་མའི་སྤྲེའ་བརྒྱའི་རྩེས་གནང་ཞུས།  
 ཆོས་གསུམ་དོན་ཐམས་ཅད་གྲུབ་པ་ལྷ་ང་བདུན་དང་།  
 དཔལ་མཆོག་དང་པེ་ལྷ་རེ་གཅིག་གི་དབང་ཆེན་ཞུས།  
 འདི་ཉིན་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཆོའི་གསུང་འབུམ་ལྡགས་ལུང་  
 གྲུབ་སྟེ་འོན་རྒྱལ་སྐས་གོང་མའི་མི་ཏུ་ལྷ་སེ་སེའི་སྐྱབ་  
 ཐབས་དབང་མཆོག་གི་ལུང་ཞུའི་དབུ་བཙུམས། ཆོས་  
 བཞིར་འཇམ་དཔལ་གསང་ལྡན་ལྷ་ང་གསུམ་དང་ཅན་དྲ་  
 གོ་མའི་ལྟུ་གྱི་འཇམ་དཔལ་ཡེ་འཤེས་སེམས་དཔའ་ལྷ་  
 བརྒྱ་དང་སོ་གསུམ། ཆོས་ལྷ་འཇམ་དཔལ་ཡེ་འཤེས་  
 སེམས་དཔའ་གདམས་ངག་ཅན་ལྷ་གོང་མཚུངས་དང་



ཡུམ་ཆེན་མོ་ལྷ་དགྲ། དུག་ལ་ནམ་སྒང་དགར་པེ་དང་རྩོ་  
 རྩོ་སེམས་དཔའ་བཅས་ཀྱི་དབང་བསྐྱར་ཐོབ་སྟེ་མི་ཏུ་གྱུབ།  
 ཆོས་དགྲ་ཉིན་སྐབས་རྩོ་རིན་པོ་ཆེ་པ་བོང་ཁ་མཆོག་ནས་  
 དབྱ་ལོངོན་དྲགས་པེ་སྒྲ་མའི་ཕྱག་སྟོལ་བཞིན་མཁའ་འགྲོ་  
 བཏྲན་བཞུགས་གར་འཆམ་བཅས་སྒྲ་མཆོད་ཆོགས་ལ་ཁོར་  
 དགའ་སྟོན་ལ་རེལ། སྐབས་རྩོ་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆོས་  
 མཆོད་བཤམ་པ་མགུལ་མཆོད་ཐ་སྐབས་ཆོག་སྟོན་དོན་  
 བཟང་དཔག་བསམ་ལ་བྱི་འཁོར་དུ་འཕྱུར། སྟོན་ཆོས་འཁོག་  
 ལ་བཀའ་ཆོས་པ་སྦྱར་གསེལ་ཇ་སྒྲ་འགྲེད་ཁམ་དགར་རེ།  
 སྟོལ་སྒྲ་ནམ་པར་སྐལ་འཕེལ། སྒྲ་མ་རིན་པོ་ཆེར་མཆོད་  
 ཉིན་གསུམ་མཆོད་ཅུམ་འདེགས་འབྱུལ་གྱི་སྐལ་བཟང་  
 ཐོབ་པོ། ཆོས་དགྲ་ཉིན་ཚུ་བཟང་དུ་འཕྱོར་ཞིང་ཕྱིར་ཉིན་  
 བདེ་མཆོག་དྲིལ་བུ་ལྷས་དགྱེལ་གྱི་དབང་ཆེན་ཞུས་སྟུལ་



ཚོར་ལའོར་བཅས་མཛད། འདི་ཉིད་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་  
 མཆོག་གི་ཐུགས་དམ་བཟའ་དོག་པར་སྒྲུང་ཡང་དེད་ལ་  
 དབྱེས་བཞིན་སྐྱུ་ལ་ཐོག་ཡར་མར་ཆོས་བཙུ་ཚོར་ལའོར་  
 ཆག་མེད་དང་དབང་ཆོག་ཉིན་ལྟར་གྱི་དམ་བཅའ་ཡུལ་བ་  
 དྲིད་ཅན་ཁྱེད་གྱིས་དྲན་སེས་སམ། ཆོས་བཙུ་གཅིག་ནས་  
 བཟུང་ལྟར་སྐྱུ་རྒྱ་རྩལ་རྟོར་གྱིས་མཛད་པའི་ཚོར་རིམ་དང་།  
 དཀ་ཆེན་ཆོས་རྒྱན་གྱི་བསྐྱེད་རིམ། ཞུ་ལུ་ངག་དབང་ཀུན་  
 དགའ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་ནས་མཛད་པའི་བསྐྱེད་  
 རྒྱུ་གས་ཁྱེད་ཡིག དུའ་པོ་བསྐྱུ་ལ་བཟང་མཁས་གྲུབ་གྱི་  
 ཡིག་ཆ་ནམས་སྒྲུབ་ཉམས་ཁྱེད་གནང་སྟེ་སྐྱུ་དགོང་ཁྱེད་  
 དམིགས་བསྐྱུངས་ཁྱུ་ལ། ཆོས་བཙུ་དགུ་ཉིན་བསྐྱེད་རིམ་  
 འཕྲོ་དང་ཚོར་རིམ་ཞུ་གསེལ་བླ་མཆོད་ཚོར་ལའོར་བཅང་  
 རྩེས་ཚོར་རིམ་དབྱུ་ཚུར་ཅམ་ལ་ཕྱིར་ནང་ནས་སྐྱེ་ལྟར་སྐྱུ་ལ་



སྒྲུ་སེཌ་ཞུ་བ་པེ་མང་ཙམ་འདུས་པར་ལུས་དགྲིལ་གྱི་རྫོང་  
 དེམ་ཡིག་ཆ་གོང་སྒྲེས་སྟེང་ནུ་རེ་ཆེས་དུག་གི་བྲིད་ཡིག་  
 ཡིད་ཆེས་གསུམ་ལྡན་དང་སྒྲུ་ཏེ་གནང་བ་ཞུས་པ་ཉིད་།  
 ཉེར་གཅིག་ལ་མེ་སྒྲར་བ་ཡན་དང་། གཏུམ་མེའི་བྲིད་ནག་  
 ཚང་སྒྲུལ་སྒྲུས་མཛེད་པ་ཞིག་གུང་བསྟན། མཚན་མེར་འོན་  
 རྒྱལ་སྒྲུལ། སྒྲེ་ལུང་། དེ་མེ། ཏེ་ཉེར་སྒྲུབས་མགོན་སེཌ་ལྷ་  
 སྒྲུལ་བཙེ་སྒྲུ་སྒྲེར་ལ་འབྲུལ་འཁོར་ཕྱག་བྲིད་སྒྲུལ་བ་ཐོབ།  
 ཉེར་གཉིས་ལ་འབར་འཛེག་ཙམ་བྱུང། རྗེས་གཞིག་སང་  
 དུས་གྱི་བསྐྱེ་བ་སེཌ་དང་། ཉེར་གསུམ་ལ་བསྐྱེ་བ་གཞན།  
 ལུས་དགྲིལ་གྱི་སེམས་ལ་དམིག་པའི་དེམ་པ། ཇོ་ལྟ་ར་  
 སེགས་གནང་། ཉེར་བཞིར་བར་དེ་སྒྲུ་མ་གོང་འཇུག་ཉེར་  
 ལྡར་སྟེན་འཕྲོས་དང་གཏང་རག་ཚོགས་འཁོར་བཙས་  
 གྱིས་གྲུབ། ཉེར་དགུ་ནས་ལམ་དེམ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་



ལུང་དང་སྒྲེ་སྒྲེ་དོན་བདུན་མ་སྒྲགས་མའི་ཉམས་བྲིད་ཞུ་  
 བའི་དབྱ་བཅུ་མས་གདིང་བ་རྒྱགས། དེད་དང་། རོང་ཤ། དེ་  
 མོ། གསུང་རབ་སྒྲིང་སྒྱལ་སྒྱུ་སྒྲིགས་ལ་ཟེན་བྲིས་འདེབས་  
 ཐུབ་པར་བྱིས་ཞེས་བསྟུལ། གནམ་གང་ཉིན་སམ་བྱ་ཁར་  
 ཟེན་བཏབ། དེ་ཉིད་མར་མའི་དོགས་འཁོག་བྱར་ཕབ་པ་  
 ཆོག་དོན་འགྲིག་ཆེ་ཙམ་ཡང་མཚན་ཕྱིད་སྒྲོར་འགོར་ཞིང་།  
 དག་པའི་ཆོས་གཅིག་ལའང་དེ་མཚུངས་བཞེན་ཆོགས་  
 ཆོས་ཕྱིར་ཉིན་ནས་ལྷགས་སྒྲུག་དང་འཁོག་བྱ་ཆོས་གྲལ་  
 ཏུ་ཕྱིར། གསུང་རིམ་བཞིན་ཕྱར་མགྲོགས་བྱིས་བྲིས་པའང་  
 གནད་དོན་ཚང་ལ་སྒྲིག་ཉན་ཙམ་ཐུབ། ཟེན་བྲིས་འཁུལ་  
 བཞག་ཆོར་བྱན་གསེང་གཟེགས་ཞིབ་གནད་འདུག་པར་  
 ཟེན་བྲིས་པ་གཞན་མ་རྣམས་བྱིས་བྲུགས་བཅོམ་དེ་ཙམ་མ་  
 གནད་པའམ་ཕྱག་བྲིས་མགྲོགས་པེ་མེད་པ་གང་ལྟར་མ་



ཚིང་བ་དང་སྒྲེབས་དག་དམན་པ་བཅས། རྩ་སྟོང་གཏོང་  
 གོང་སྐྱལ་སྐྱུའི་ཟིན་བྲིས་དངོས་གཙང་འདུག་ཅེས་སྒྲུ་  
 བསྒྲགས་མཉེས་ཚོར་ཆེན་པོ་མཛད། ཉིན་ལྟར་ཆོས་ཐུན་  
 དེར་ཇི་གསུངས་རྒྱས་པ་ཟིན་བྲིས་པར་འཁོད་དུ་གསལ།  
 དག་པའི་ཆོས་ཉེར་གསུམ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་མཛོད་པ་  
 དང་ཚོགས་འཁོར་བཅས་གྲིས་གྲོལ། ཟིན་བྲིས་ལ་ཐུན་  
 ཐུའི་འབྲེན་འདུག་ཐུགས་ཞིབ་བཅས་པར་དུ་བསྐྱེད་རྒྱུའི་  
 ཅེས་དང་། བལ་པོ་ཟུ་ཉིག་ཚོང་ཁང་ནས་སྒྲིན་བདག་  
 ཁས་ལེན་ཞུས་པ་བཅས་མང་གསལ་གྲིས་མཁས་གྲགས་  
 གྲང་ཐུན་ཅམ་བྱང་དོ། རང་གཞིས་ཁམས་ནས་དགེ་  
 བཤེས་གཏོང་སྒྲིབ་བ་དང་བྱི་ལོར་མར་བསུ་ལ་ཞང་  
 བསྟན་འཛིན་དེལ་པ་འཁོར་བཅས་ལྷགས་པ་དང་འཕྲད་  
 ཅིང་ཉེར་དག་ཉིན་འབྲས་སྐྱངས་སུ་སྒྲེབས་ཏེ་སྒྲིན་ཟླའི་



ཆེས་གཅིག་ནས་སྒྲིམ་ཁང་ཁང་གསར་མཆོག་སྐྱུལ་རིན་པོ་  
 ཆེས་ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ཚོང་ཁ་པའི་གསུང་འབུམ་  
 ལྷགས་ལུང་དང་། ཐུགས་ཇི་ཆེན་པོ་དཔལ་མོ་ལྷགས་གྱི་  
 དབང་ཆེན་དངོས་སྟོང་འབྲེལ་མ་བཅས་ཐོབ་ཇིས་རྩ་སྟོང་  
 འཕྱོད། ཚོད་རྒྱགས་ཚར་ནས་སྒྲིམ་ལམ་དམ་བཅའ་འཛོག་  
 རྒྱུ་སྒྲུང་རྒྱུ་སྟོང་ཡངས་སྐྱ་སོང་ཡང་འདི་ནས་ཉེ་བཅུར་  
 བཏེན་ཡང་སེམས་ཁྲལ་མངོན་ཏེ་གཞུང་ཆེན་བསྐྱར་  
 སྐྱངས་དཔེ་སྒྲིག་གིས་ཆེས་བྲེལ། མགོ་ཟླའི་ཆེས་བཅུ་  
 གསུམ་ཉིན་འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་སྐྱ་དགོ་བ་ཤེས་གྱི་  
 གཏོང་སྒྲིལ་བར་ཕྱིན་ནས་ཁང་ཆོན་ཡས་མས་གྲ་སྐྱམ་  
 བརྒྱ་སྒྲོར་ལ་ཆོམ་ང་། བཞེས་གོ། ཞལ་ཐུག་སྐྱ་འབྱེད་གྲ་  
 དེར་དངུལ་ཞོ་གསུམ་སྒྲར་ཕྱིད་བརྒྱད་རེ་དང་། ལོ་ལྷར་  
 གསོལ་ཕོགས་ཀྲམ་རེའི་ཐེབས་སྐྱར། བཙུ་ལྷ་ཉིན་གྲ་ཆོང་



དག་འདུན་ཆིག་སྟོང་སྟེར་ལ་མང་ཇ་དག་དང་འབྲས་བྱག་  
 སྒྲག་ཆོས། སྒྲ་འབྱེད་དངུལ་ཞོ་གསུམ་རེ་དང་། ལོ་ལྷར་  
 གསེལ་ཕྱགས་ཀྱི་མ་རེའི་ཕ་ཕྱེད་ས་བཅས་ཡུལ་ཏེ་བཟང་ཕོ་  
 སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་རྒྱས་བཏབ། ཞོགས་ཆོས་དང་ཉིན་  
 ཆོས། དག་དང་ཆོས་ནམས་ལ་སྟོ་སྟོ་སྟོང་གསུམ་གཙོར་གྱུར་  
 ལུང་རིགས་སྒྲ་བའི་དག་འདུན་སྟོང་བཟལ་འདུས་པའི་  
 དབྱར་བ་འད་པ་དང་འབྲེལ་གཞུང་དོན་གང་ནས་དྲིས་  
 གུང་ལན་འདེབས་གྱི་དམ་བཅའ་བཞག ཕྱི་ཉིན་སྒྲར་སྟོལ་  
 ལེགས་དར་སྟོབ་མི་དང་ཚན་མང་ལ་གསེལ་ཇ་གུང་  
 ཆོགས་ཡུལ་ཞིང་རྩ་སྟོང་དུ་སྟེབས། དག་བ་ཤེས་བཞག་  
 ཟེན་ནམས་དང་ལས་སྟེ་ཕོན་ཟུར། རྟ་པ་སོགས་དག་ན་  
 ཆོས་ཆོགས་འགྲིམས་ལ་ཕྱེད་ས་མ་དགོས་པ་དང་།  
 ཕྱེད་ས་མ་བྱུང་པའི་མལ་བཞགས་གྲ་མང་ལ་བསྟེན་བཀུར་



གོང་མཚུངས་དང་། ཆོས་ཉེར་དག་ས་དགོན་བཟ་འཁོས་  
 སྒང་དག་གཉེར་མདོས་ཇོང་གར་འཆམས་ལ་ལྷ་མོར་  
 བྱིན། རྒྱལ་ལྷོ་ཉེར་ནང་ལྷ་རམ་ཆོ་འབྲས་སྒྲུངས་སུ་ཆོས་  
 གངས་རྒྱན་རྒྱགས་བྱ་སར་ཆམ་རིམས་གྱིས་ངོ་བསྟོད་མ་  
 ཐུབ་ངག་དབང་དག་ལེགས་ཚབ་བཏང་ཆོས་བཅུ་བཞི་པ་  
 ཐོབ་པར་གྱུར་ཏེ། སྤྱི་ལོ་ཉེར་གཉིས་དང་གི་བཟང་བྱ་ཉེར་  
 ལྷ་མོ་ཁེལ་བ་རྒྱ་བྱི་གསར་ཆོས་ལ་དང་འགག་ཏུ་ལྷ་མོ་དང་  
 བསེ་ཁབ་པའི་བསྐྱངས་ཆོགས་བཅས་སྟོན་ལམ་ལ་ཐོན་  
 ཅིང་། ཆོས་བཞིར་གདན་ས་ཁག་གི་སྟོབ་དཔོན་དང་ཞལ་  
 ངོ། ལྷ་རམ་པ་ནམས་དང་བཅས་རྒྱན་སྟོལ་ཅེ་གཟིམས་  
 རྒྱུ་དུ་རྒྱལ་དབང་མཆོག་གི་མཇལ་ཁར་བཅད། བཞུགས་  
 གལ་ཇ་འབྲས་དང་ཞལ་ངོར་བཅུ་ཡིག་གནང་སང་ཞིང་།  
 ཟེན་འཕྲལ་ལྷ་སར་དགའ་ལྷན་བྱི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ལྷ་རམ་



ཆོའི་འགོ་བྱིད་བླ་མ་གཞུང་ལེན་མཁན་པོ་གཉིས་སར་  
 སློན་ལམ་རིང་དགོ་བ་ཤེས་འཛིན་མཁན་ཆོར་སྒྲ་ལང་བྱི་  
 ཉལ་རྒྱག་འཛིན་མས། དམ་རྒྱལ་ཆོག་མིན། ལན་འདེབས་  
 སྤངས་སོགས་བྱི་ཀུན་སྦྱོང། བཀའ་བཀོད་ཉན། དེ་ནས་ཅེ་  
 ཞུ་དང་རྒྱལ་དར། གསུང་རྒྱ་དང་བྱམས་རྒྱ་བྱིངས་ལ་  
 མེད་པའི་ས་བྱི་རྒྱན་ཆས་འབྱུང་བའི་ན་ཉན་ལྟར་བརྒྱན་  
 ཆོགས་གསུམ་དང་། གསུང་ཆོས། ཉན་ཆོས། དགོང་  
 འཛོགས་ཏེ་དམ་བཅའ་ཁག་གསུམ་བཅས་ཆག་ཐེབས་ཡེ་  
 མེད་དཀའ་ངལ་བྱེལ་བ་ཆེ་ཁར། ཆོས་ལྟ་རྒྱག་དམ་བཅའ་  
 དེམ་འཛིན་བེན་པ་དག་ལ་འཕྲང་འགག་བདེ་ཐར་ཁོང་ཆོ་  
 ལས་སྦྱོང་པ་སྒྲུལ་དུ་སེམས་ནིང་། རང་ལྟོས་འགས་ནང་  
 རྒྱས་མ་ཤེས་བྱི་སྒྲུལ་ལ་གཞིག་སྟེ་ལན་འདེབས་བྱ་  
 བྱིགས་མེད་འག་ཆེ་ཆེ་འགྲོ་སྦྱོང་རང་དབང་འབྱུང་མིན་



ཡོང་དོགས་ལབ་གྱུང་། བཙེ་ལྷ་དུས་བཟང་ཐོག་ལྷོ་གོང་ས་  
 ཆེན་པོ། (ལྷགས་སྟོང་ལོ་རྒྱུས་འགོད་པ་སོང་སྟབས་སྟབས་  
 དེའི་ཡོངས་གྲགས་གྲུས་ཚིག་སོར་བཞག་) ཚོགས་མགོན་  
 ཆེབས་བསྐྱར་དགོས་པས་ཆོས་བཅུ་བཞི་བདག་རང་དམ་  
 བཙའི་སྟབས་གོང་ས་བྱམས་རྩ་ཡང་ཐོག་བཞགས་སྟབས་  
 ཁེལ་བ་གདོན་མི་བླ་སྟབས་ལན་འདེབས་འབྱེར་འཁོས་  
 ཆོས་ཞན་འདི་འདྲ་ཞིག་ལྷ་རམ་ཁོངས་རི་བོང་དོ་བཟླས་  
 གྱིས་འཇུག་བར་བཀའ་ཉེས་ཇི་ཅམ་སྟམ་པ་ལས་ཨང་གི་  
 ཅི་དག་ཡིད་གྱི་རྒྱ་ན་མི་འཆར་བས་གཉིད་གཙོག་པའི་  
 སེམས་ངལ་ཆེན་པོས་གཟེར་ཏེ་དམིགས་ཡུལ་ཆོས་ཞན་  
 གྱི་སྟོང་སྟབས་གྱི་འབད་བཙོན་འབྲས་ངན་འདི་དང་འདི་འདྲ་  
 ཁོ་ནར་ཟད། བཅུ་བཞི་ཆོས་པ་ན་སྟོང་འཕག་སེ་བའི་ངང་  
 བརྒྱན་ཚོགས་ཇ་དགུ་རིང་ཆབ་བྱམ་འཇོག་སའི་ག་གདོང་



བ་འད་པ་དང་། ཞོག་ཚོགས་གྲོལ་འཕྲལ་གསུང་ཆོས་རྩ་  
 བར་ནམ་འགྲེལ་དམ་བཅའ་བཞག རྩ་བ་སྟོང་པར་ཚད་མ་  
 ནམ་འགྲེལ་ཡོང་འགག་བྱེད་པར་ངེད་གཞུང་ལྔ་ལས་ཚད་  
 མ་དང་། བར་བྱིན་ལ་མཐོང་རྒྱ་ཏ་ཅང་ཞན་པས་ནམ་  
 འགྲེལ་འདི་ལྟར་ན་འདྲལ་མཛོད་པ་རེར་ཞོག་ཅེས་ཟེར་  
 བསམ་གསུང་རྩེ་དམ་བཅའ་ཞེད་སྒྲུང་ཆེའང་། ཞོག་པར་  
 ཁ་རྒྱགས་ཁོ་དམ་བཅའ་ཡིན་པར་མ་འགེས་པའམ་ངེ་ལྟར་  
 ཆེད་བཟེས་རྟགས་གསལ་ཆ་ངར་གཏོང་མཁན་དེ་ཙམ་མ་  
 བྱུང་། བྱང་ཚོགས་ཁར་ཞལ་ངོས་སྐྱབས་ཐོ་སྟོག་མཚམས་  
 བཞག་སྟེ་ཕེབས་བསུར་རྒྱགས་པ་དང་། བྱམས་རྩ་ཡང་  
 ཐོག་གི་ཚོགས་མངལ་ཞུ་མི་མི་མང་སྟོང་པ་སོགས་  
 སྐྱབས་མགོན་ཡང་ཐོག་ཕེབས་པའི་རྟགས་མཚན་གསལ་  
 རྟགས་གསལ་དབུ་མ་ནས་གཙོ་བོར་གཏོང་སྟེལ་གྱི་ཉིན་



ཆེས་དམ་བཅའ་བཞག་པ་ན། འགའ་ཞིག་ནས་ཉན་རང་  
 གིས་ཆེས་གྱི་བདག་མེད་མ་རྟོགས་ན་ཐར་པ་མེད་པའི་  
 ལུང་བཅུ་དང་རིགས་པ་གསུམ་འདྲན་བཅུག་པ་སོགས་  
 ཁ་འགས་ནས་གྲངས་ཀ་བརྩེ་བཅུག་གི་རྟགས་གསལ་ནན་  
 པེ་ཆེད་བཟེའི་དབྱིབས་འཕྱི་འདུག་རུང་། རེད་གྱི་རང་  
 ག་འཕྱིས་རྩོད་པ་སོང་མིན་ཉམས་གྱིས་རིགས་པ་རྟོན་པས་  
 རེད་ན་འགལ་བ་ཡོང་བའི་ཉན་ཆེ་ལས། གློ་འཛིན་དཔེ་  
 གློག་མ་གླུན་ཙམ་བརྟེན་ཆོག་དོན་འགྲེལ་པ་དང་། གྲངས་  
 འདྲན་རུང་ཟད་བདེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་སྟབས་ཚང་མ་  
 འགར་གྱིས་ཐོན། འབྲས་གློ་གླིང་གྲ་ཚང་པས་རང་ཁོངས་  
 དགོ་བ་འཕྱིས་ལ་རྟགས་གསལ་མི་གཏོང་། དགོ་བ་འཕྱིས་  
 ཚང་མ་བཟོ་ལྟ་བཅོས་མཁན་སེར་སྒྲད་མཆོན་ཉིད་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་དར་བས་མཆོན་སེར་གྱིས་དང་། གློ་མང་



གི་མཁས་གྲགས་ཅན་མང་པོ་ཕྱེས་པར་ངེད་གྱིས་  
 ཉགས་གསལ་གཙོང་སེམས་ངར་ལ་བྱ་ཕྱིས་མེད་ལེས་  
 དང་། ཁོང་ནམ་པར་སྐབས་བརྟན་གས་པའི་ཚུལ་སྟོན་  
 སྤང་པོ་བྱས་པས་དམའ་པབ་སྟུག་པོ་གནང་མ་ལོར། དང་  
 པོར་སྟོང་སྐབས་ཆེས་ཞེད་བར་སྤང་དུ་སྤྱིང་སྟུམ་བྱེད་བྱང་  
 ཡུན་སང་ལན་ལ་ཡེངས་པས་དྲིད། དགོངས་འཆོགས་  
 འདུལ་མཛོད་དམ་བཅའ་འཛིག་སྐབས་བོང་བྱར་འགྲོས་  
 བཟང་སྤྱིང་འདྲ་བེད་མེད་གྲགས་སྟུམ་ཕྱན་བྱར་བརྟེན་ནང་  
 སྟོར་ཐར་དཀའ་བྱ་རིགས་ལྟར་མའི་ཆོགས་པ་མང་དུ་  
 འདུས། རྒྱབ་ཕྱོགས་གྱི་གནས་ཚུལ་རྟོགས་པར་དཀའ་  
 ཡང་སྟུ་མདུན་སྟུག་ཆེས་མཇལ་ནང་བསྟོར་བྱོན་ཞོར་དམ་  
 གཟིགས་ལ་འགྲམ་དུ་ཕྱེས་པ་དགེ་བསྟོས་དཔོན་  
 གཡོག་ཆོ་བྱེལ་བེད་ཁོལ་བས་ལེས་གཤེས་ལེན་ཏུ་



ཞེད། དང་པོར་ཚུ་ཆོད་སྒྲར་མ་བཅུ་སྟོར་གཟིགས་པོད་  
 ཞལ་སྟོག་ཇོ་ཁང་ནང་སྟོའི་ཐེམ་པར་ཞབས་བཞག་ཟིན་  
 བཞིན་ངེད་གྱིས་འདྲ་མིན་ལན་འདེབས་པོག་ལ་ཐེབས་  
 བ་ཤོལ་གྱིས་ཕུང་ཟད་གསན་ཚུལ་བསྟན་སེང་ཟེད། དམ་  
 བཅའ་འཇོག་མཁན་ཕྱིགས་ལྟོས་སྒྲ་དཔོན་ཁག་གི་ངོ་ཚབ་  
 པས་རྒྱན་གོས་གཟབ་འཕྱོར་དངུལ་བྱར་བཅས་སྒྲ་མ་  
 གཞུང་ལེན་པ་དང་ཞལ་ངོ། དགོ་བ་ཤེས་ནམ་པ། དགོ་  
 གཡོག་བཅས་སུ་ང་འདྲན་བྱེད་པའི་ལམ་སྟོལ་བཞིན། ལྟ་  
 སྟོན་བྲག་སྒྲའི་ངོ་ཚབ་དང་བྲག་སྒྲ་གཞུང་དང་། དགོ་རྒན་  
 དམ་པའི་སྦྱོན་བདག་གཟིམ་པོག་ཁྱི་སྟོན་ཆོང་། བྲག་  
 ཁོངས་པོག་ཕྱི་ཆོས་ཇི། སྒྲ་མ་རྒྱུ་ཆོང་སོགས་ནས་བཟང་  
 གོས་རྒྱ་གྱི་ཁོར་པོབས། སོག་ཞུ་དམར་ཟེང་ངེ་བ། ལྟ་  
 ཅག་ངེད་ལ་མ་དཔེ་བའི་ང་འདྲན་འདི་ལོར་ལྟ་རམ་ལས་



མང་འཕྱོང་བཏེན། དག་གཡོག་འགའ་ཞིག་གིས། དོ་  
 དགོངས་ཆོགས་རྒྱས་པ། ཇ་ཞིམ་པ། རྒྱལ་པའི་རྒྱ་དཔེ་ཆ་  
 ལེགས་པ་ཞེས་ཟེར་སྐད་འདུག་པ་ནི་ཡར་བྱུག་ཐལ་ཆེས་  
 དང་། མདོར་ན་རེ་བྱུང་ཞིག་ལས་ལན་ཡེ་མི་ཐེབས་པའི་  
 འཇམ་འབྱུང་ལྟ་མེ་ཅིའང་མེད་པ་ཙམ་ནི་མ་འཕྱོར་ཞིང་།  
 ཚ་དང་འཁོར་གསུམ་མང་ལ་རྟགས་གསལ་གཅིག་  
 བཅད་གཉིས་བཅད་ངར་འག་ཆེན་པོའི་ཕྱོགས་ལའང་ག་ལ་  
 ཉེ། རྒྱ་ཆོད་བཅུ་པ་ཡེལ་ནས་རྩོམ་པེ་ག་ཕྱི་ཉིན་བཙུ་ལྟར་  
 གསུང་རྩ་དང་ཉིན་ཆོས་ལ་གོང་རྒྱུག་གིས་བཀའ་ཆོས་  
 གནང་བ་ཐོབ་ཅིང་། དག་བའཕེས་འཕེས་རབ་རྒྱ་མཆོ་རིན་  
 པོ་ཆེས་དམ་བཅའ་བཟང་པོ་བྱུང་སང་གསུང་བའི་ཕྱག་  
 བྲིས་དར་ཨ་འཕྱོར་གཟེངས་བསྟོད་ཅན་གནང་བས་མཆོན་  
 དགའ་ཉེ་མང་པོས་ལེགས་དར་བསྟེན། ཆོས་ཉེར་ལྟ་སྟོན་



མར་གཏོར་རྒྱལ་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱལ་དཔུང་ཞབས་ཕྱིར་  
 བཅར་ཞིང་། ཟིན་ལྷུལ་བྱམས་རྩ་ཡང་ཐོག་གཟིམས་རྒྱུ་  
 ཉི་འོད་དུ་སྒྲོན་ལམ་དོ་དམ་པ། ལྷུས་སེ་དགའ་གསུམ་གྱི་  
 མཁན་པོ། ཞལ་དོ་དང་ཆར་བཏགས་པ་སོགས་མངལ་  
 ཁའི་བཞུགས་གྲལ་གྲུབ་ལྷུལ་དུང་ཆེ་ཞིག་གིས་ཨང་ཐོ་  
 བསྐྱབས་རིམ་བཞིན་སེ་སེའི་མིང་ཐོག་བསྐྱུན་མངལ་ཕྱག་  
 ཐོག་ཁྱི་མདུན་གདོང་གྲལ་དུ་རིམ་བཞུག་ཨང་དང་པོ་  
 སེར་བྱས་ཏེ་ཉི་འོད་སྒྲོ་བཟང་ལུན་ཆོགས། ཨང་གཉིས་པ་  
 རྗེས་སེར་བྱང་ཅེ་བརྒྱད་དགའ་ལྡན་ཁྱི་རིན་པོ་ཆེའི་གདན་  
 སར་ཞབས་མཁན་སེར་སྦྱང་རྒྱལ་འོད་བ། ཨང་གསུམ་པ་  
 དེད། ཨང་བཞི་པ་སྒྲོ་སྒྲོང་མི་ཉག་རྩལ་ཁྱིམས། ཨང་ལྔ་པ་  
 དགའ་ལྡན་བྱང་ཅེ་མཚན་བརྗེད་རྒྱ་བོ། ཨང་དྲུག་པ་དབུ་  
 སྒྲ་སྦྱར་སྒྲིན་དཔལ་མགོན་བྲམ་གཞུགས་ཅན་གྱི་སྦྱུན་ལྷན་



གུར་པ་སྒྲེ་མང་སེག་པོ་བར་ཐོག་ ཡང་བདུན་པ་བདེ་  
 ཡངས་དག་འདུན་འཕྲིན་ལས་བཅས་ལ་སྒྲོབ་གནེར་  
 ལེགས་པའི་གཟེངས་བསྟོད་གནང་ཆ་ཆེ་རྒྱ་རིམ་འགྲོས་  
 གྱི་ངེད་ལ་དར་བྱག་འཕེ། ང་སྐྱག་གནེས་སྒྲེལ་དང་མར་  
 དཀྲོག་ཅེ་ཞ། གཟན་འཕམ་ཆེས་གོས་བཅས་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཡིན་  
 རྒྱུ་ཐེར་སྐྱམ་ཕུམས་རྒྱ་གྱ་ནར་བཅས་གསེལ་རས་སྐྱལ།  
 ང་མར་མདུན་བཞག་ལས་ཐེར་ནམས་ཕུར་བ་། གསུམ་  
 མགྲོན་ཆེས་ལྷས་སྟེང་གཡོགས་འཕྱིང་། ལམ་འཕྲལ་ཆེས་  
 གོས་གཟན་སྐྱགས་སྒྲར་གྲོན་པབ་སྟེ་བྱགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་  
 ཕྱག་འཆེལ་དགོས་པ་བཅས་ལས་དོན་སྐྱ་མང་འདྲེས་  
 འཛིངས་བཞེན་རང་དང་གྲོགས་གྱི་གསེལ་རས་སྐྱམ་ཕུར་  
 པན་རྒྱན་འདྲེས་པ་ལག་སྐྱ་མགྲོགས་གྱིས་ཆོད་ཡིན་རང་  
 གཞན་སྐྱའི་ཡིན་དབྱེ་སྐབས་ག་ལ་ཞིག ང་འབྲས་སྟོད་



རིང་བསམ་མཐོང་གསལ་རས་ནམས་བྱིར། སྒྲེ་དར་གོན་  
 བཞིན་པར་ལྟད་མེད་ཆོགས་བྱོད་དུ་ཆེ་ཉམས་བཅས་འགོ་  
 འདོད་འདྲེ་སེམས་རྒྱུའང་། རིང་མིན་སྤང་མདུད་སྤུལ་  
 འཕྲུལ་གཟིམ་འགག་པས་བཞིངས་འཁོག་ཅེས་པའི་ཆེ་  
 སྒྲེད་ཆ་འབྲུམས་དགོས་པ་བྱུང་བ་དང་ལྟན་ལངས་ཏེ་  
 ཆས་པར་ཕྱི་མ་ཆོ། དུག་འཆོལ་སྒྲུབས་རྒྱན་གྱིན་གྱི་གཟན་  
 དང་ཆོས་གོས་སེར་པོ་གཉིས་ཁ་བྱེ་ཆ་སྒྲེམས་བྱ་ཡོང་མ་  
 བྱུང་བའི་མར་སྒྲེ་སར་དུད་རྗེས་ཡོང་ཆོས་བརྗེས་པས་རྗེ་  
 རིང་དུ་སོང་ཁར། གསལ་རས་ཐེར་སྒྲུམ་ཁག་དང་རྒྱན་གྱི་  
 གཟན་ཆོས་སྒྲེ་གཉེན་ཁུར་མཆན་བཅུག་ཅི་རིགས་ཐོག་ཅི་  
 ཞུ་གསར་སྒྲིང་ཁར་རྗེ་མར་བྱིར་རྒྱ་མ་ལྷོགས་མར་ཐོག་  
 བྱིར་ཅིས་བཞུགས་གྲུལ་དུ་འདྲིལ་འཁོར་གསེན་སྒྲིང་  
 འཁྲུབས་ནས་འཕར་བའི་འཛིགས་སྒྲག་དང་སྒྲེ་དར་སྤང་



མདུད་ལན་མང་བརྟབས་ཀྱང་གར་སང་མི་འདུག་ཅིང་།  
 རྒྱུ་སྤྲུལ་གྱི་ཉམས་འདོན་རྒྱ་པ་རྩེ་རི་ལ་ཞོག་མཐོང་ན་  
 གད་མེ་འཆོར་བ་སྒྲིན་པའི་ཆ་ལྷགས་ལྟ་བུར་དགོན་  
 མཆོག་ཕྱགས་རྒྱུ་ཆོགས་གསེབ་རྒྱུ་འབྱེལ་མ་གྱུར་  
 གཞུགས་པེ་མགོ་ཐོན་ལྟ་བུར་རྒྱུ་ལྷགས་པ་ཕྱུར་རེར་  
 གཞུགས་སྒྲི་བཀྲལ་ཕྱབ་ཅིམ་ཕྱུར་བ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། རང་  
 ལག་སྒྲིབས་ནས་རྩ་བ་སྒྲིང་པའི་ལྟ་བུར་མང་གི་འབྱེལ་  
 རྒྱུ་ལྷགས་པ་ཕྱུར་མི་ཆོད་རེར་མཐོང་མ་ཕྱུར་ཐེར་ནས་དགའ་  
 བསུ་བྱེད་མཁན་འདུག་པས་གཞི་ནས་སྒྲི་སྒྲིང་དང་ཁེངས་  
 རྒྱུ་སྤྲུལ་སྒྲི་པ་རང་སེམས་དགའ་སྒྲི་སྒྲི་གར་རི་  
 མཐོན་དར་ལྟེ་འབྱུར་བ་ལས་ཀྱང་སྒྲིན་ནོ། ཉིན་ཕྱི་མར་  
 བར་སྒྲིར་བྱམས་པ་གདན་འདྲིན་སྒྲིབས་སྒྲིར་ལམ་དགའ་  
 ལྟན་ཁྱི་རིན་པེ་ཆེ་དང་ལྟན་གཅིག་མཆོད་འབུལ་དང་



འབྲེལ་མི་རྒྱལ་ཏུ་རྒྱལ་ས་དང་། ཆོས་ཉིད་བདུན་ཇོང་རྒྱབ་  
 ཞུར་འཕེན་ལྷད་མེད་ཕྱིན། མཚན་ཞབས་བརྒྱད་མཁན་པོ་  
 ཁག་ལ་འདི་ལོ་ཨང་གི་འོ་ཁོངས་ཚུད་དག་བཤེས་  
 རྣམས་རྒྱད་པར་འགྲོ་དགོས་བཀའ་བསྐྱུར་ཕེབས་འདུག་  
 ཅིང་། སྒྲོན་ཆོག་ས་བར་ཁང་སར་མཆོག་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་  
 རས་ཇིའི་གསུང་འབྲུམ་བཀའ་ལྟར་སྒྲར་སྤྱལ་འཕྲོས་རྒྱལ་  
 ཚབ་དང་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ཀྱི་གསུང་འབྲུམ་བཀའ་རྒྱ་མ་  
 དང་བཅས་པ་ལྡུག་ས་ལྟར་གནང་སྒྲུང་བཏེན་དཔེ་ལྗེར་  
 འབྲས་སྒྲུངས་སུ་བཅར་ཏེ་ཆ་ཚང་ཐོབ། སྒྲོན་དུ་སྐྱབས་ཇི་  
 ཡེ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་ངེད་བཙུམས་ལམ་རིམ་  
 ཟེན་བྲིས་ཡིག་ཅིང་དངོས་གཙང་ཞིག་འབྲི་འབྲུལ་དགོས་  
 ཚུལ་གསུང་དོན་བྲིས་པ་ཆེད་བཙུལ་དང་འབྲེལ་གྲུབ་ཟེན་  
 ཡོད་པ་འབྲུལ་ཕྱིན་བདེ་མཆོག་གི་སྤྲུག་ས་བརྟུའི་ཇིས་



གནང་ཞིག་གནང་བས་སྟབས་ཁེལ་གྱིས་ཐོབ། ར་སྟོང་  
 མཁན་རིན་པོ་ཆེ་འབྱུང་མེད་བསྟན་འཛིན་ནས་གྲ་བང་  
 ཆེད་མངགས་རྒྱུད་པར་ཞུགས་དགོས་བཀའ་བསྒྱུར་  
 ཕེབས་ཚུལ་བྱང་བ་བཞིན་སྒྲར་ལུགས་དཔེ་ཆ་ཕྱོད་སྒྱུར་ས་  
 དང་རྒྱུད་པའི་སྒྲིག་ལམ་ནད་ཐེག་སྒྲུག་ལའུར་ཐུབ་ཕྱིན་སྒྲུ་  
 ཞབས་རྒྱལ་དབང་མཆོག་སོགས་དགའ་ཉེ་ཁག་མཚན་  
 ཞབས་ཀྱི་གོ་གནས་སུ་ཕེབས་འདུག་པ་བཅས་དབུ་མཛེད་  
 ཀྱི་རེ་ཐག་ཅད་བུལ་རང་ནི་མིན་འདུག་རུང་དགའ་སྦྱོང་ཞེ་  
 སུན་ཆེ་བ་དང་། ལྷག་པར་རང་ཡུལ་དགེ་ཆན་ལྷ་མ་རིན་  
 པོ་ཆེ་ནས་ངེས་པར་འདི་གཞིང་རང་ཡུལ་ཕྱིར་ལྷོག་རང་  
 ལས་ཀ་ཀོར་མི་འཐུས་པའི་ཕྱག་བྲིས་གསུང་ངག་གཉིས་  
 ནན་ཐོག་བསུ་མི་ཞང་པོ་བསྟན་འཛིན། ནང་སེ་ལྷེ་འཆང་  
 སོགས་རང་ལྷོས་པལ་ཆེས་རི་བོང་ཚང་ལོག་འགབ་



ལྷགས་སྦྱང་ཇག་མ་བརྒྱབ་ཙམ་ལ་བརྟེན། འབྱུང་འབྱུར་  
 ག་ལམ་གསལ་གནས་ཚུལ་ལམ་ཕྱོགས་འདིར་དེད་གྱི་  
 ཐོད་པའི་རི་མོར་བྲིས་གསལ་དེ་དོན་རང་ལ་ཆགས་  
 བཞག་ཞང་བསྟན་འཛིན་སོགས་ནས་རྒྱད་ཞུགས་མ་  
 དགོས་པའི་དགོངས་ཞུ་འབུལ་ཅིས་དེད་རྩ་སྟོད་དུ་ལྷོག  
 རང་ཁོངས་གྲ་འགའ་ཞིག་ནས་བསྐྱལ་དོར་མཛོད་གྱི་དཔེ་  
 ཁྲིད་དང་འབྲེལ། གནས་དང་པའི་བ་ལམ་བཅུ་ལྔ་འཆད་  
 འབྱུར་གྱི་ཁམས་དང་། ཁམས་དུག་ཅུ་བཅུ་བརྒྱད་གྱིས་  
 བསྐྱལ་ཚུལ། དེ་དག་གི་གཅིག་ཙམ་རྟོད་གཏོང་ཡོད་མེད་  
 ནས་ཐམས་ཅད་གྱི་རྟོད་གཏོང་ཡོད་མིན། རབ་དབྱེ་ཉིར་  
 གཉིས་བསྟན་པའི་སྐབས་གྱི་ལྷག་མ་དང་། མཛོད་གནས་  
 གཉིས་པའི་གཞན་ཞེས་པ་རྣམས་པན་ཚུན་བསྐྱུར་བའི་  
 ཏགས་གསལ་དཔྱགས་མ། སེམས་བྱུང་རྣམས་དང་



སེམས་ཉི་ཤུ། དཔ་རྒྱུ། དེའི་ནང་ཚན་བཅུ་པ་དང་ཚུ་བོ།  
 ཉེ་ཉེན་བཅུ་དྲུག་གི་རྟེན་གཏོང་དང་སྡེ་ཚན་དཔྱུགས་མ།  
 ཡོངས་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་ལྡན་སོགས་མཆིམས་ཀྱི་ལས་  
 བཅུས་པ་དང་། རྗེས་འགོ་ལྡོག་བྱའི་རིག་འཕུལ་བྱུང་  
 མཚར་སྒྲར་བཅུ་མས་ལ་ལེགས་བཅོས། འདུལ་བའི་ནང་  
 གི་ཉགས་གསལ་དཔྱུགས་མ་ནམ་མང་བཅས་བཅུ་མས་  
 སྒྲིག་གིས་སྦྱང། ལྡེ་འཆང་དང་ཞང་བསྟན་ནས་ཞུ་ཡུལ་  
 དྲག་རེ་མགོན་ཆེ་ཨར་གསེབ་ལ་བཅོལ་ཡང་གསན་  
 བཞེས་ཁ་ཡ་མ་བྱས་ཚུལ་འབྱེད་བ་དང་ཉིད་ངོ་བཅར་བྱས་  
 ན་དྲག་རེས་ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཅུ་སྟོར་ལྟ་སར་སྟེབས།  
 བཅོལ་ལྟ་ཉིན་གཅུག་ལག་ཁང་དུ་ཆོས་མཇུག་གསེར་གོང་  
 བརྒྱུད། མགོན་མདུན་ཉིན་ཆས་བཅས་བཅར་རུང་གནང་  
 བ་མ་གཏད་ཅིང་། ཟུ་ཚུགས་བྱས་པས་ཨ་ར་སྒྲར་ལས་



གཞིངས་ཏེ་བསྐྱར་སྐྱངས་གྱིས་ཚར་བཅད། མཚན་ཞབས་  
 སར་བཅར་བས་ཡིག་ཚང་ནས་གྲུ་ཞུ་ལྟལ་ཆོག་ཚུལ་  
 དང་། བཀའ་འདྲི་ཕེབས་ན་ཅི་དྲག་ལྟལ་པ། སྟན་ཞུ་ཞུ་  
 ཡིག་ལྟལ་ཆོ་རྒྱན་རིང་འགོར་གནས་ལ། དྲུང་ཆེ་ཞིག་  
 གིས་སྟན་དར་ཅོམ་གྱིས་ངག་ཐོག་ནས་དགོངས་ཞུས་  
 ལྟལ་གྲོགས་བྱས་ཆོ་བཀའ་གསལ་སྐྱར་བ་ཡོང་ཚུལ་  
 ཞལ་ཏ་ནང་སྐྱུག་སྐྱུལ། དྲུང་ཡིག་ཆེན་མོ་ཆོས་དར་  
 ལགས་སྐྱབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་སྒྲོབ་དང་དགེ་བཤེས་  
 ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོའི་རིག་གནས་དགེ་ལུགས་ཏུ་གྱུར་སྐྱད་  
 ནམ་གཉིས་སེམས་དབྱུ་འདྲན་སྐྱབས་གསལ་ལ་བཅར་ཏེ་  
 སྐྱར་བུ་སྟོད་དུ་འབྱོར་དེ། ཆོས་ཉེར་དགུ་ཉིན་སྟེ་ཐང་མདའ་  
 ཐུག་སྟེ་གྲུ་ཚང་གི་གཏོར་རྒྱགས་འཆམས་པོ་དང་། ཕྱིར་  
 ནང་རྒྱ་བཟའ་བལ་བཟའི་ནམ་ཐར་འབྲབ་སྟོན་ཉིད་མེར་



ཕྱིན། རྒྱག་པའི་ཆོས་གནིས་ཉིན་ལོ་ངོ་གནིས་གྱི་མཚམས་  
 སྒྲར་བཅར་ནང་སེ་ལྡོ་འཆང་ནས་ཡིག་ཚང་དུ་གན་འབྱུལ་  
 དགོངས་ཞུས་སྒྲིན་ཁྲོལ་བྱང་ཚུལ་བརྟེན་ལྟ་སར་བསྐྱོད།  
 བདུན་པའི་ཆོས་འགོར་ནོར་སྒྲིང་དུ་གཟུང་རི་བོ་ཆེ་པས་  
 དོན་གྲུབ་དོན་ཡོད་གྱི་ནམ་ཐར་དང་། ཐོ་བ་དོ་ག་འགས་  
 ཟེར་བ་བཅས་བྱས་སང་བར་ལྟད་མེར་ཕྱིན། བརྒྱད་པའི་  
 ཆོས་ལྟར་འབྲས་སྒྲུངས་ཉག་རི་ཁང་ཚན་དུ་ཆོམ་ང་སྒྲུ་  
 འབྱོད་ཡུལ། ཆོས་བདུན་ཚུ་བཟང་རི་ཁྲོད་དུ་སྒྲུབས་ཇེ་རིན་  
 པོ་ཆེ་པ་བོང་ཁ་མདུན་བཅར། སྒྲིན་ནས་སྒྲིན་གསན་ཡུལ་  
 དོན་བཞིན་ཆོས་བརྒྱད་ལ་བཅོམ་ལྟན་འདས་དཔལ་དེ་ཇེ་  
 འཇིགས་བྱེད་དཔལ་བོ་གཅིག་པའི་དབང་ཆེན་གྱི་སྒྲུ་གོན་  
 དང་། ཕྱི་ཉིན་གསུང་བ་འད་ཟབ་རྒྱས་བཅས་དབང་བསྐྱར་  
 དངོས་གཞི། ཆོས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་དེ་ཇེ་འཇིགས་བྱེད་ལྟ་



བཅུ་གསུམ་མའི་དགྲིལ་འཁོར་དུ་དབང་བསྐྱར་བ་ཐོབ།  
 རིན་པེ་ཆེ་གདུགས་ཡུ་དགོན་དུ་ཕེབས་རྗེས་བསྟེགས་ཏེ་  
 ཁྱི་གུང་ཐང་པའི་ཡིག་ཆའི་སྟེང་ནས་འཛིགས་བྱེད་སྤྱང་  
 འཁོར་དམིགས་རིམ་དང་ཆེ་སྐྱབ་ཞག་བདུན་མའི་ཁྱིད་  
 ཞུས་འཁོར་ཆེ་ཁྱིད་གནང་སྐབས་སྐྱ་མདུན་དུ་ལོ་གསུམ་  
 མངར་ཁམ་ཕོན་མང་འབྲུལ་མི་བྱུང་སོང་བར་ཏེན་འབྲེལ་  
 ལེགས་ཚུལ་དང་། དེད་གྱིས་མེ་ཏོག་མཆོད་རྗེས་དངོས་  
 འབྲུལ་ཕྱན་བྱུར་བཅས། རང་གིས་གཞོན་ནུའི་དུས་དགེ་  
 གན་སྒྲ་མའི་མདུན་ནས་རྟོང་མའི་དབང་ཁྱིད་ལྱང་གསུམ་  
 མང་ཙམ་ཞུ་བྱེད་དང་། ཕ་ཡུལ་དུ་རྟོང་ཆོས་བྱེད་མི་མང་  
 བར་འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱལ་ཆེན་འཁྱགས་ལྡན་གྱི་ལུ་ལྷོག་  
 འབྱུང་ཚུལ་ཟེར་བར་ཕྱན་བྱུར་དོགས་འཆར་དེས་མི་གཞོད་  
 ཕ་དང་། ལམ་རིམ་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་ཆེན་གསུམ་



གཙུ་མ་འདི་ཕྱི་གཏན་དུ་ཐུགས་རྒྱུ་འཛིན་པའི་གསེལ་  
 འདེབས་ཕྱི་ཕྱག་བྱེན་རྒྱབས་ཞུས་པར། སྟོབས་སྤྲོད་པ་བྱུང་  
 བཀའ་ལས། ཉིད་འཆད་ཕྱི་ཕྱི་མ་པའི་ཡོན་ཏན་མི་དམན་  
 ཅམ་སྟབས་ལམ་རིམ་གྱིས་གཙུ་མ་རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་  
 བསྟན་ཆུན་ལ་བྱི་གང་ཐང་པ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་པའི་རེ་  
 བ་ཆེ་བས་ཐོས་དོན་སྟབས་སྟོར་དང་འབྲེལ་དེ་དོན་དགོངས་  
 པ་ཟབ་བཞེས་དགོས་སྟུ། ཉིད་ཆོས་ཉམས་བཞེས་འཆད་  
 སྟེལ་གང་བྱས་སྟེལ་ཆེན་གྱིས་གཙུ་མ་དོགས་གཏན་ནས་  
 མ་དགོས་པ་དང་འདི་གཏན་རྒྱུ་འཛིན་ཞལ་བཞེས་སྟེལ་  
 བ་དང་འབྲེལ། འདིར་སྟོབས་ཞིག་གུང་ཡོད་པ་ཡོད་ཅེས་སྟུ་  
 ཕྱི་དང་འབྲེལ་ཆུན་བཞེས་སྟོར་འགག་བྱུང་ཁ་བབས་པ་  
 དང་། སྟབས་སྟོགས་ཕྱག་རྒྱུ་འཛིན་པའི་འདྲ་པར། བདེ་  
 མཆོག་གི་ཡི་སྟུ། སྟམ་ཕྱག་དཀར་དམར་ནག་པའི་འཁར་



གསུམ། རས་དཀར་ཡུག་གཅིག་བཅས་སྐྱེལ་ཇོང་དུ་སྐྱེལ།  
 ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་རྩ་སྟོད་དུ་འབྱེད་ཞིང་ཆགས་སྒྲམ་མཆོད་  
 བ་འཁམས་སོགས་འག་ཆས་འཕྲོས་ལུས་ནམས་གན་མང་  
 ལ་ཕྱིས་འབྱུལ་དང་འབྲེལ་ཁང་ཚན་དང་གྲ་ཚང་ནས་དོ་  
 འཁོར་ལ་སྟོན་མེ་སྐྱེལ་ཇོང་། དགོན་ག་འཁམ་བར་གྲ་  
 དམངས་ནས་སྐྱེལ་མ་བཅས་རྩ་སྟོད་ནས་ཐོན་ལྷ་སར་  
 སྐྱེབས། གཙུག་ལག་ཁང་ཡས་མས་སུ་ཆོས་མཇལ་  
 མཆོད་འབྱུལ་གསེལ་སྟོན་གྱིས་དགའ་ཉེ་ཁག་འགར་  
 མགོན་སྟོན་ལའང་ཕྱིན་ཅིང་དགྲ་པའི་ཆོས་གསུམ་ལ་ལྷ་  
 ལྡན་ནས་ཐོན་ནོ། ཆོས་ལྷ་དགའ་ལྡན་དུ་སྐྱེབས། གསེར་  
 གདུང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སུ་ཆོས་མཇལ་མཆོད་འབྱུལ་  
 དང་། ཉག་རེར་ཆོམ་ཇ་དང་སྐྱུ་འབྱེད་ཉམ་རེ་ཡུལ། རང་  
 ནས་མཉམ་བྲིད་ཡེ་འཤེས་ཆོས་འཕེལ་བེར་བ་ཞལ་མཚར་



ལ་རྒྱན་པར་ངེ་གདོང་འཇུག་མཉམ་ལེ་བའི་རྒྱད་པའི་སྒྲ་ཆན་  
 ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱུ་གངས་ལ་རྒྱལ་ཉིན་རྒྱང་པའི་ངར་གདོང་  
 ཕྱན་བྱ་བརྒྱབས་པའི་སྒྲངས་པར་རང་འཁེས་གྱིས་འཁོར་  
 ལེབ་མེར་བསྐྱོས་འཇར་དུགས་དཔྱད་ལོག་ལྷགས་རར་  
 སྒྲེབས་མཆོམས་ཕྱིར་བྱ་མལ་ལྷུང་རིང་མིན་ནས་མཉམ་  
 ཐོན་བྱ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཡོད་རེས་ཉིན་འགས་བསྒྲགས་འཁོར་རིམ་  
 གོར་འབྱམ་སྒྲོག་པ་སོགས་བྱས་རིང་ལྷགས་ར་དགོན་  
 དབྱ་མཇོང་བསྟན་འཇོན་གཙོས་གྲ་འགའ་ཞིག་ལ་ལམ་  
 གཙོ་ནམ་གསུམ་གྱི་ཁྱིད་ལུལ། སྒྲ་ཆན་དངངས་སྒྱེད་ཡེ་  
 མེད་རྒྱང་ཆ་ཡིས་ཁེངས་སྟབས་ཞོན་ཏེ་འགོལ་དྲེལ་དང་  
 གཡོག་དབང་རབ་བཅས་འཁྱུལ་བཞག་ལའོར་བཅས་རྗེག་  
 ཐོན་ཆོས་འཇུག་ཉིན་དཀྱིལ་དམ་དུ་སྒྲེབས། སྒྲེབས་དེར་  
 བྲག་སྒྲུའི་ལྷེ་འཆང་འབྲམ་ཐོག་ངག་ཆོ། མཁར་སྒྲང་དུང་



ཡིག རྫོང་སར་རྒྱག་ཡིག་བཅས་གྱིས་ས་ཞིབ་དང་། ན་  
 ཏམ་བསྐྱ་ལེན་ལ་བསྐྱད་ཞག་བབས་ཆང་བྲལ་སེགས་  
 གྱིས་ཟླ་སྤོང་སྟོང་མའི་མི་མང་ནམས་ཡོངས་སུ་འཛོམ་  
 སྒང་བཏེན་ཁོང་ནམ་པ་ཡུག་ག་ཤིས་གྱི་མར་ཅམ་ན་ཏྲ་  
 བསྐྱར་བྱུང་། མགོ་ཟླའི་ཆོས་འདབའ་ཡོ་ནས་ཆུ་དར་  
 བརྒྱད་ཚུར་ཁའི་ཐང་ཆུ་སྟོང་གཉེར་ནོར་དགའ། དགོན་  
 ལྷང་པའི་དབུ་དགོ། ཐབ་འབྲི་པའམ་འཁོང་ཁ་འགང་སྟོང་  
 སྒང་མི་རྒྱག་ལྟ་བུ་སྟོར་གོས་ཡག་ལྷམ་བཟུག་གིས་ཏྲ་  
 བསྐྱ་དང་། འབྲི་བུ་ནང་ཐབ་བསྐྱའི་ཐོག་དགོ་གན་མཆོག་  
 ལྷལ་རིན་པོ་ཆེ་ཆེབས་བསྐྱར་གྱི་གསེར་ཞལ་མཇལ་ཞིང་  
 རང་དགོན་གདོང་ཁོང་དུ་འཕྱོར་དེ། ཆོས་་་་འཁོན་རིན་པོ་  
 ཆེ་དམ་པ་དང་ལྷན་དཔེན་འདུམ་དུ་ཐོན་ཅིང་། ཕྱི་ཁྱི་བྲག་  
 རྫོང་མིན་ཏན་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོར་མཇལ་ཞུས་གམ་བཅར་



གྲུ་ཚང་གིས་འཆར་ཅན་བརྟན་བཞགས་འབྱལ་ཞབས་སུ་  
 བཅད། ཟླ་སྦད་རང་གནས་ལྷོག་ཅིས་བྱང་པར་ཅམ་ལྷོད་  
 ལྷོད་ཐེབས་དགོངས་ཞུས་ཤིང་། རྒྱལ་ཟླའི་ཆོས་རྒྱལ་  
 སྐྱེན་པོ་ཆོས་བཀའ་བརྒྱན་གྲུ་འགའ་ཞིག་ལ་ཉང་གཏོར་  
 ཐུགས་རྗེ་གསང་འདུས་གྱི་དབང་ཆེན་གནང་བ་ཞུས། ལོ་  
 མངུག་གྲུ་ཚང་དང་ཚོགས་ཆེན་གྱི་དགུ་གཏོར་གར་འཆམ་  
 སོགས་གྱི་ལྟ་མེས་གཡེངས་སོ། །

སྤྱི་ལོ་༡༩༣༡ རྒྱུ་པག་གནས་ལོ་གསར་བཞད་ལྷ་  
 མའི་ཆོས་གཏོར་སོགས་བྲག་ཟླའི་རྟོན་འབྱུང་མཛད་སྤྱིའི་  
 དེགས་ལ་བཅད། ཆོས་ཀྱི་ཞབས་བརྟན་མཁའ་འགྲོ་  
 གསང་བ་ཀུན་འདུས་གྱི་འབྱམ་ཚོགས་མཛད་ཅུམ་རང་  
 དེའི་རྒྱལ་སྐྱེན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་དེའི་གཏོར་དབང་དང་  
 ལྷོན་འགྲོ་རྒྱན་བྱེད། ཅུ་གསུམ་གཏོར་མ། ཀྲམ་པ་སྐྱེ་བྱེད་



གོང་མས་མཛོད་པའི་མདོས་དང་ཆོགས་བསྐྱངས་བཅས་  
 གྱི་ལྟ་ཞུས་འབྲུམ་ཆོགས་བསམགས་པའི་གྲུ་དུ་ཕྱིན། ཟླ་  
 ༡ ཆོས་ལལ་དགོངས་ཞུས་གྱིས་གདོང་གོང་འབྱེད། སྒྲོལ་  
 དཀར་ཆེ་བསྟེན་དང་། དཔལ་རྟེ་རྟེ་འཛིགས་བྱེད་དཔལ་བོ་  
 གཅིག་པའི་ལས་རྩུ་གི་བསྟེན་པ་ཁ་སྟོང་སྟེན་སྟེག་  
 བཅས་བྱས། ཉག་ཟླའི་ཆོས་༡༠རང་བྱིམ་གཙུང་པོ་ཟློ་  
 བཟང་སྒྲུལ་ལྟན་སྟོང་ཆོད་ལྟ་བུས་ན་བ་རིམ་ལོད་གྱིས་  
 འདས་གྲོངས་འཁོར་སར་འཁོར་དོན་ཞི་ཁྱོ་བརྒྱ་མཆོད་དང་  
 འབྲེལ་བ་ཆོར་བཙུ་དང་། ཐེག་ཆེན་གསེ་སྟོང་ཟླངས་ཏེ་  
 ཉིན་མཆོན་སྒྲུལ་མར་ཐར་མདོ་འདོན་དགོས་ཕྱག་བཞེས་  
 འཆུག་མེད་གོང་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་གོང་མས་མཛོད་པའི་ཐར་  
 ཆོག་ཉིན་བདུན་བྱས། ཆབ་མདོ་ནས་ཁྱུ་བོ་ཞི་བཟང་གོང་  
 མ་ཞིང་གཞན་ག་འཕེགས་ཚུལ་བཅས་མི་སྒྲུག་པ་དང་



འཕྱད་པའི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཕྱིང་བར་བསྐྱར། དགོ་གན་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 རིན་པེ་ཆེས་བདུད་ཅི་སྒྲན་སྒྲུབ་ཅིག་གནང་བཞིན་དེའི་ཆོ་  
 རྟེན་རྒྱལ་ཚབ་ཅེས་པ་དགོས་ཚུལ་རྟེན་བདུད་ཅིའི་བསྐྱེན་  
 མཚམས་གྱི་ཚུལ་ལའང་ཞུགས། ཟླ་བ་དགུ་པའི་ཆེས་  
 འགོར་མཛོད་གཉིར་ཞང་ནོར་དགས་དགོངས་ཞུས་གཉིར་  
 ཆོ་དབང་གསར་བསྐྱོས་མཛོད་པ་འབྱོར་བ་དང་། ཆེས་  
 བཞི་བདུད་ཅི་སྒྲན་སྒྲུབ་གྱི་དབུ་ཚུགས། ཉིན་གང་དང་ནམ་  
 སྐུམ་ཆའི་ཐོར་ལངས་བྱས། གྲུབ་ནས་སྒྲུབས་འགོ་ ཡིག་  
 བརྒྱ། ཟླ་མའི་ནལ་འབྱོར་། མཐུལ་བཅས་ལ་སྒྲོན་འགྲོའི་  
 ཆེས་བཞིར་གྲགས་པར་གྲངས་གསོག་བབྱིད་ཁུལ་དུ་  
 བཅོམ་ན།

རང་ལོ་༡༧པོར་འཁོར་བྱེ་སྒྱེ་ལོ་༡༩༡༩ནག་ཟླའི་  
 ཆེས་དྲུག་ཉིན་སྒྲུལ་སྒྲུ་རིན་པེ་ཆེ་མདུན་ནས་གཡའ་བཟང་



ལྟགས། ཕྱག་རྫོང་ཉི་མ་མདུང་གང་མའི་དབང་དང་དེའི་  
 ཆོས་སྒྲོལ་གྱི་ལྟང་ཞུས། ཆོས་བཅུར་དག་ཅན་མཆོག་སྐུ་ལ་  
 དམ་པ་ཆབ་མདོར་ས་དབང་བྱི་སྒྲོན་པས་གདན་དྲངས།  
 དེད་འཁོར་ཁ་བྱིས་ནང་སྐྱོན་འདས་པའི་དག་སྐྱབ་ཞི་བྱོ་  
 བཏོན་སར་བྱིན་འཕྲུལ་གང་དུ་འང་དེས་འཛིན་དགའ་བ་  
 རྒྱང་ལག་བཞི་རེས་མེས་སུ་སྐྱངས་བའི་ནད་བྱ་བ་ཞིག་  
 པོག། །འཆོ་བྱེད་ཞང་ཉོར་དགས་བྱུམ་བུར་དེས་འཛིན་ཨ་  
 རུ་བཅུ་པ་དང་། ཆོས་ཉིད་དམར་མོ། མང་སྡེད་ཉིར་ལྟ་  
 དང་། དྲིག་ཙུ་གཏར་བ་སོགས་བྱིས་བཅོས་བྱུང་བྱིར་ཇི་  
 ཡོད་དུ་བྱུར། དེ་སྐྱབས་གྲིབ་གདོན་ལ་འཁོར་ཏུ་འཛིགས་  
 པ་ཞིག་ཡོད་སྐྱབས་ཆོས་ཉིད་དགུ་ནས་བཅུ་མས་ཡང་  
 ཐོག་འདོ་ཡིར་བྱིར་བྱིན་ཕྱག་རྫོང་ཉི་མ་མདུང་གང་མའི་སྒོ་  
 ནས་གཟུང་གཏོར་ཕུལ། ས་ག་ལྷ་བའི་ནང་ཨ་ཡུའི་བཞེན་



ངར་བཏེན་གདོང་ཀོང་འབྱོར། ཉིན་ལྟར་རང་གིས་སྒྲེས་  
 དཔུང་བྱུང་ལྟ་རིལ་བྱ་བདུན་རེ་བཏེན་པས་ཡིན་ནམ་རྒྱུ་  
 དཔེ་སྒྲིང་ཁྱག་ཕྱང་ཟད་བསྐྱམས་སྒྲིན་ལས་གཞི་ནད་ཇི་  
 དྲངས་ལ་སོང་བས་སེ་ཐར་གྱི་མདོ་རྒྱས་པ་སྒྲོ་ལ་བཟུང་།  
 ཟླ་༤ཆེས་༡༥ཉིན་མཚམས་གྲ་ནམས་དང་ལྟན་གནས་  
 བཏེན་གྱི་སྒྲུངས་ཀས་སོར་མདོ་རྒྱས་པ་བསྐྱབས་འབྲེལ་  
 གསེ་སྒྲིང་དང་ཚུལ་འཁོར་སྒྲུངས་ནས་ཕྱི་ནད་སྒྲ་བར་དབྱར་  
 ཁས་ལེན་དང་། དགོ་རྒྱུ་མཆོག་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་བཀའ་  
 དགོངས་མཚམས་པ་ནམས་གཙོས་དོན་གཉེར་བརྒྱ་  
 བརྒྱལ་ལ་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་གི་ལམ་རིམ་བཤམ་པ་  
 བྱིང་བྱས། ཆེས་༥༠གསེ་སྒྲིང་སྒྲ་མཆོད་ཆོགས་ལའོར་  
 བཅས་ལམ་བྱིང་གྲུབ་ཅིང་མཆོག་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་མདུན་  
 ནས་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྒྲིང་རྒྱལ་པོའི་ལྷགས་གྱི་ཆོ་ཡི་དབང་



བསྐྱར་ཟབ་མེའི་བཀའ་དྲིན་ཐོབ་པའི་སྐལ་བཟང་ནམས་སུ་  
སྒྲིང་བར་གྱུར་ཏོ། །

སྒྲོག་པ་ཐོས་བསམ་ལྟེ་བ་ལེགས་གནས་སྒྲིང་བ་བསམ་  
གཏན་སུ་བྱུང་ལྷུ། །

བྱ་བ་ལས་གྱི་ཕྱི་མང་ནི་བ་ངོ་མཚར་འཕྲུལ་གྱི་ལའོར་ལོ་  
ཆེ། །

འགྲུའི་རྗེས་འཇུག་ཚུལ་ལྡན་བཟེ་བོས་ཁ་ལོ་སྐྱར་བ་ཅམ་  
ཉིང་ནས། །

འཕྲུལ་ཡུན་འབྱོར་ཆོགས་ཚུ་སྒྲིང་ལྟར་ཐོས་གཏམ་ཚུད་ན་  
བའི་བདད་ཕྱིར་འབབ། །

ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་པར་ལྡན་པས་སྒྲོམ་ལ་རབ་  
སྒྱུར་དཔག་བསམ་འཁོར་། །

འགྲོ་བའི་བསོད་ནམས་དགའ་ཚལ་ཏོག་ཏུ་ལེགས་



བལྟམས་སྒྲུལ་བཟང་དེ་ཡི་ཆོ། །

འཕྲུལ་དང་ཡུན་གྱི་བདེ་སྦྱིད་དངོས་པོ་ཡང་ཡུང་མི་འཇོ་  
དབང་མེད་ཕྱིར། །

ཕྱི་ལྗོངས་ནང་སྤྲོད་རྒྱ་ཆེན་དེ་ཡང་སྤྲོམ་བཞི་སྒྲོག་ལ་སྤྲོབས་  
པ་མཐོ། །

སྤྲང་དབྱེ་གདོང་བསྒྲོག་མཆོག་གི་མཆོན་གཅིག་ཐོས་  
བསམ་རལ་གྱི་དེར་བསྐྱབས་འཁོར་། །

སྤྲོད་ལ་ཉལ་བའི་ནང་གི་གདོན་ཆེན་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་སྦྱོར་  
འོས་ལ། །

བདར་བའི་ལག་ཆ་འཆོ་སྒྲོག་འཕྲོག་ཕྱིམ་གདུག་ཅན་མགོ་  
ཐོར་མ་ཐོབས་པར། །

ཆགས་སྤྲང་ཆེངས་པའི་ཕས་རྒྱལ་ལ་འཁོར་སྤྲར་མའི་  
མཐར་ཐུག་དེ་ངོ་གཞོང་། །



ཐོས་མང་ཐོས་ལྡན་མཐོ་རིས་ཉི་བ་སྡེ་མ་བཙུན་སྒྲུལ་བ་  
བཟང་ལྡན་ཏེ། །

མིང་གི་ཡུལ་ཅན་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ཐ་སྙད་སྒྲིམ་པའི་གཟེབ་ཏུ་  
ཅུང་། །

སྒྲ་ཆོགས་ནམ་ཉིག་ཆོན་གྱི་པེར་ཐོགས་འཇིག་ཉིན་འབྲི་  
བའི་རི་མོ་པ། །

མེས་པོ་ཇི་བཞིན་སྤྱད་པའི་འཁོར་ལོ་བརྒྱད་མར་བཀྱེ་བའི་  
ཆོག་མཁན། །

མི་སྒྲན་གྱིས་བཏང་ངང་གིས་གྲུ་ཡངས་འབྱར་མེད་ཉམས་  
དགའི་དབེན་གནས་སུ། །

རང་གིར་ལེགས་སྦྱོད་དབང་པོས་རྟོད་དཀའ་བདེ་བ་  
མཆོག་ལ་མི་འདེམ་པར། །

སྤྱད་འོས་མིང་གི་གྲུ་གྱུའི་རི་མོར་ལྷ་མེད་རྟོད་པར་འབྱུལ་



བའི་སྒྲུབ། །

མུ་ངམ་ཐང་ཆེན་ཉལ་བའི་ངལ་བ་སྒྲལ་ཆད་དེ་ཡི་སྒྲལ་

བར་ཐོབ། །

སྤྱད་ཞིའི་ཉི་བཞིན་རིག་པའི་མིག་གིས་སྤྱང་བཞིའི་

དབྱེངས་བཟློང་སྤྱོད་ཐོབ་རིགས། །

དུས་གསུམ་ཀུན་ཏུ་བདུད་དཔུང་ཐུན་འདུལ་གཞུང་

ལྷགས་འབྱམ་བསྐྱུས་སྒྲུ་འཕུལ་བཅུད། །

མཁུན་བཙུའི་གཏེར་ཆེན་དག་ལེགས་བཤེས་གཏེན་བདེ་

གཤེགས་བྱེ་སྤྱོད་དབྱེས་སྤྱོད་དེས། །

དགོས་འདོད་ཡོངས་སྒྲོང་ཆོས་ལའོར་བསྒྲོར་ཐོབ་དོན་སྤྱོད་

ཐོབ་མེད་མཐོང་ཐོས་མཐོ། །

ག་བ་ལྟ་བུར་ཁ་རིག་མི་སྤྱོད་ག་ཟེའི་བྱིས་པ་ང་ཡི་སྒྲོ། །

ཅ་ཅེའི་ཟེར་སྒྲོས་ཆ་མེད་གཏམ་དང་ང་ཟས་བཟུད་ནས་ཉ་



ཐུ་བུལ། །

ཏ་ལའི་ལེ་མར་ཐ་ཆད་ཆོག་བྲིས་ད་དུང་འདི་ཐུར་ན་གས་  
འབྱོང་། །

པ་སངས་སྐར་མའི་པ་རེལ་མི་མཐོང་བ་ལང་ལྟར་ཆོངས་  
མ་ནམས་ལ། །

ཅ་རིར་གནས་ལྟའི་ཚ་བོ་ཡིན་བཟླས་ཇི་དྲག་ཆེན་པོས་ལྷ་  
ལྟར་བརྒྱལ། །

ཞ་ལྷམ་གོས་དང་བ་མ་ཅམ་གཉིར་འ་ཅག་ལྟ་བུའི་ཡ་  
མཚན་ཆོས། །

ར་རོར་གྱུར་བ་ལ་ལ་ཇི་བཞིན་འག་བ་མི་གཟུགས་ས་  
མཐོང་འབྱོང་། །

ཏ་ཅང་འཁོས་དམན་ཨ་པོ་རང་ཡང་ཏ་ལས་དགོས་པ་ཨ་  
ལའི་གྲ། །



ཏ་ཏ་དགོད་བོ་ཨ་ཅིའི་སྒྱུད་ངན་ཏ་ལའི་དུག་ལ་ཨ་མྱར་  
ལྷུལ། །



④ བོད་བསྐྱེད་གཉིས་པའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འཆད་

པ།

ཟླ་བདུན་པ་ནང་རྩ་སྟོད་མཁན་པོ་བརྒྱད་བཀའ་  
བསྐྱེད་དགོངས་དོན་ནང་སེ་ལྟེ་འཆང་ཆོ་རབ་ནས་བོད་དུ་  
འཕྱལ་འབྱོར་མ་བྱས་སྟེ་འགན་བཟོད་བྲལ་བཏང་ཡིག་ནན་  
བརྒྱད་འབྱོར། ཐོན་ཆས་གྲ་སྒྲིག་དང་དགོ་ཚན་མཆོག་སྐྱལ་  
དམ་པའི་དབུ་འདྲན་ལ་བཞེན་ས་ཁྱིའི་རྟ་ལྟ་ཁལ་བཅུ་  
ལམ་སེན་སྒྲིག། དུས་མིན་དགག་དབྱེ་བཅས་ཆོས་བཙོ་  
བརྒྱད་ཉིན་མཆོག་སྐྱལ་རིན་པོ་ཆོས་མདའ་རྫོང་དང་།  
གཉིར་ལས་བྱུང་སོགས་ནས་ཐིག་འོག་བར་སྐྱེལ་མ་  
བཅས་གདོང་གོང་ནས་ཐོན་དབའ་ཡེ་སོགས་བརྒྱད། ཟླ་༩  
ཆོས་༡༡ ལྟ་ལྟན་དལ་བུ་སྒྲིང་དུ་གནས་ཚང་གཡར་



འདུག་པར་སྒྲེབས་སོ། ཕྱི་ཉིན་ལྷ་བབ་དུས་ཆེན་དང་བརྒྱན་  
 གཙུག་ལག་ཡས་མས་སུ་ཆོས་མཇལ་མཆོད་སྒྲིན་སྒྲོས་  
 འཁོར་རིང་མིན་སྒྲུབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་པ་བོད་ཁ་དང་། ཁང་  
 གསར་མཆོག་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་སུ་མཇལ་ཉེན་ཕྱན་  
 བྱ་བཅས་བཅད། སྐུལ་མི་ནམས་ཕྱིར་ལོག་འཕྲལ་ཟླ་  
 མཇུག་རྩ་སྟོད་འབྱོར་ཞིང་དཔེ་ཆ་བཟེད་གསེས་བྱས།  
 མཁན་སར་དག་བཤེས་ལོ་ཡག་ཆེ་རིང་བྲི་འཛིན་གནང་  
 ཉིན་ཆོད་མ་ནམ་འགྲེལ་གྱི་ལྡན་ལྷགས་ལྷང་གནང་བ་ཞུས།  
 མགོ་ཟླའི་ནང་ལྷ་སར་ཐེགས། རྒྱུད་ནང་ཞུགས་ཅིས་ལ་  
 དེར་ཡོད་ཆེན་བྱམས་པ་བཟླ་འཁོར་དང་བྱ་ལུ་རྒྱས་བཅས་  
 ནས། རྒྱུད་པར་ཆོས་འགྲེམས་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཞིང་། ལོ་  
 གཅིག་རིང་མཚན་མེར་འདྲུ་ཁང་ནང་དམངས་གསེབ་སྒྲི་  
 རགས་མི་བཟོལ་དུང་དཀར་དབྱིབས་འདྲས་ཐམས་ཅད་



མཉམ་ཉལ་ཐང་ཆད་མ་ཟད། རྒྱན་དུ་སྒྲ་ལངས་ཆེ་བས་  
 ཉིན་པར་མིག་ལམ་སྒྲར་མ་འབབ་པ་ཡིང་གི་འདུག་ཚུལ་  
 ཟེར་བས་ཡིད་དོགས་འཆེར་ངང་། རྒྱུད་ཁྱག་ཅུང་  
 བསྐྱམས་གཞི་ནད་སྒྲོན་ཡིད་ཁར་ཉིན་འགས་ནས་ཉིན་  
 མཁར་འཇུགས་དགོས་རྒྱུ་མ་ཐུང་ཐུང་འཁྱེད་ན་ཐུང་  
 བར་ཐུ་སྒྲན་མཁྱེན་རབ་ལོར་ཐུའི་མདུན་དུ་གཏུགས། ཐུ་  
 ཡིག་ཆེན་མེ་ཆོས་དར་དང་། རྒྱན་གསལ་སྒྲལ་ལྟན་  
 སེགས་ལ་ཐབས་མཁས་འཇེབས་ཞུས་ནད་བབས་གནས་  
 ཚུལ་དངོས་བདེན་མཁྱེན་ཚུབ་རྒྱུད་པར་ཞུགས་དགོས་  
 བཀའ་ནན་ཐུ་མཐུད་གནད་སྒྲབས་བདེ་མིན་དང་། དེད་  
 འཇུལ་འཆེར་སྒྲེ་འདོམས་རྒྱུད་པར་མ་སྒྲེབས་འཁྱེད་། དཔུ་  
 མཇེད་ལ་ཁ་ཐུག་ཐུག་ཅིམ་གདངས་ནས་རྒྱུད་ཞུགས་  
 ཆོགས་ཆོས་སྒྲིག་འཁུར་དཔེ་ཆ་ཅོད་སྒྲུངས་སྒྲུ་ཐུག་



བཅོམ་བཟོད་བསྐྱོན་ལྷ་སར་སྡོད་པ་དང་། རང་ཡུལ་ཕྱིར་  
 རྡོག་ག་ཉམ་གསལ་སྡོད་སྡུག་དག་སྡོག་ཟེ་རྒྱན་འབྱུང་  
 མོ་ལྟར་བསྐྱོར་བ་གཉིས་གང་བྱེད་མདུན་ལམ་འདུས་མདོ་  
 ཞིག་ཏུ་རྒྱུ་མ་ནད་ཕོག་རྒྱུན་པས་མདུན་ལམ་ཕྱི་མ་  
 བདམ་ཞུགས་བྱ་རྒྱ་རེད་སེང་བ་འདི་ལྷ་ཡི་དངོས་གྲུབ་  
 ལགས་སམ། གདོན་འདྲེའི་བར་ཆད་ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ་  
 ལོ།

རང་ལོ་༡༥-ཉིང་སྤང་འདི་ནི་སྦྱིར་ལོ་ནག་མ་ཟད།  
 དེད་གྱི་ལེགས་ཆོགས་ནི་ཆས་གྱི་སྤང་བ་ཅམ་ཡོད་སྤོང་  
 དེའང་འགྲིབ་ནས་མི་མཐུན་ཕྱོགས་གོས་ནི་བར་སྦྱབས་  
 འགོ་རྒྱགས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཟླ་དང་ཕོ་ནང་སྦྱ་སྦྱན་པ་  
 ཅུར་སྦྱོབ་ཕྱག་མང་ཕོས་ལྷག་བསམ་གྱི་འགྲེལ་བའི་སྡོང་  
 ནས་སྦྱམ་ཏུགས་གྱི་བྲིད་གནད་གི་འདུག་པར་ཏུག་བཅར་



དགོས་དབང་འཕྲོད་སྦྲུག་བསྟེན་ཞེས་སྟེན་བསྐྱབ་ཕྱིང་  
 བཞིན་མཚར་ལ་དགའ་ལྟ་བུས་ཞུགས། དཔེ་བཟོད་བཞོད་  
 དར་སྒྲར་བསྐྱབ་བེན་གྱི་བཟོ་མ་ཟད་གདན་སའི་རྟགས་  
 གསལ་ཡིག་ཆ་ཚུམ་མཁན་དུ་འདུག་ཅེས་ཚུམ་གཏོར་  
 མཛད། ཆོས་དགུ་དང་ཉེར་དུག་ལ་གོང་ས་ཆོགས་ཕེབས་  
 ཆེབ་བསྐྱར་ཡར་མར་ལྟར་མེ་མཐོང་ཞིང་སྟེན་དུ་སྐྱབས་རྗེ་  
 དཔེ་བཟོད་ཁ་རིན་པེ་ཆེ་མཆོག་ནས་ཁོང་ལ་སོག་པའི་སྟེན་  
 བདག་ཅིག་གིས། སོག་ཡུལ་འགར་མུ་རིང་དགོན་པའི་  
 སྐུལ་སྐྱེ་འག་ཅིན་བུ་ས་ལག་ཆའི་ནམ་ཐར་རྒྱས་པ་པོད་  
 ཡོང་ཞིག་འབྲི་ཚུམ་དགོས་ལྷགས་བྱུང་བར་བེན་བྲིས་སོན་  
 གསལ་བཟོད་བྱ་མང་པོ་མེད་པར་པོད་ཡོངས་འབྲི་བྱ་  
 དཔེན་པ་མ་ཟད། ཆོས་འཆད་སོགས་ལས་བྲེལ་གྱིས་ཁོམ་  
 མིན་ལ། ཉིད་ཚུམ་འབལ་པོར་སོང་སྐྱབས་བྱུར་རྒྱན་བྱ་འོས་



བསམ་བཤང་སྒྲིང་པོ་ཕྱ་མོ་འདི་ལས་ཆོས་ལྡན་གཞན་པན་  
 ལོ་འདབ་པང་ཕུང་གཡོ་བ་ཞིག་ཕྱི་མ་རྟོག་ཞུ་དགོས་  
 ཕེབས་པ་དགའ་ངལ་ཇི་ཆེའང་། གསུང་ནན་གྱིན་ལྟོག་མ་  
 སྟོབས་པ་དང་བླ་མ་དགོ་བའི་བ་ཤེས་གཉིན་གྱི་ཞབས་ཞུ་  
 མེ་མེའི་བསགས་སྐྱུངས་གྱི་གནས་སྐྱུ་བསམ་གསེང་བར་  
 ནམ་བུང་ལ་རྒྱུ་བཙོན་བསྐྱེད། དཔོ་བླའི་ཆོས་ལ་ཉར་གུན་  
 སྒྲིང་སྟོ་ཁང་དུ་གནས་སྟོས་དགོ་བ་ཤེས་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཤེས་  
 རབ་རྒྱ་མཆོ་མཆོག་གི་མདུན་ནས་སྟོན་སྐྱུ་བསྐྱེད་ཁྱིད་  
 གྱི་འགོ་བཙུམས་འགྲེལ་པ་གང་དང་ཡང་མ་སྐྱུར་བར་ཕྱི་  
 བའི་སྒྲིང་རང་ནས་ཕྱི་ལ་བ་ཉར་གནང་བས་པན་པ་ཆེན་པོ་  
 བུང་མེད་གྱུང་། ས་ག་བླ་བའི་ཆོས་་དེ་ཉིན་པ་ཡུལ་ནས་  
 གར་པ་བང་ཆེན་དུ་བཤང་འབྱོར་བཀའ་དྲིན་འཁོར་མེད་  
 དགོ་ཞན་གདོང་གོང་མཆོག་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོན་བརྗོད་



བར་དཀར་ཡང་དེན་སྒྲིང་མཚན་ནས་སྒྲིམ་པ་དག་དབང་  
 བསེད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་དེ་ཉིད་འོད་གསལ་སྒྱལ་པའི་རྩོ་  
 རྩའི་ཐུགས་ཀར་ཐིམ་རྩྱལ་སྒྲིང་དང་ན་བར་ཁབ་བསྐྱེགས་  
 ལྟར་རྩྱལ་པའི་གཏམ་ངན་སྒྲིབས། བྱི་ཉིན་མཆོད་ཁང་  
 ནམས་སྐྱ་ཆེས་མངལ་མཆོད་སྒྲིན་ཇི་འབྱེར་བཅས་ཐུགས་  
 དགོངས་ཟག་མེད་ཆེས་དབྱེངས་སྐྱ་རྩོགས་པའི་སྒྲིན་ལམ་  
 བཏབ། ཉིན་བཞིན་སྐུམ་ཏྲགས་བསྐྱར་བྲིད་དཔེར་བརྩོད་  
 དང་། བཀའ་འབྱུར་ཞུ་དག་གནང་བའི་མ་བྱི་སྒྲིག་མཁན་  
 ཆོད་བསྒྲིམ་ཟུར་དུ་མཆིས་བཞིན་ཡང་། དེ་དག་སྐྱ་བརྩོད་  
 སྐྱ་གདངས་སྒྲིང་པས་སྒྲིབ་དག་གོ་དཀར་འདུག་ཅེས་ངེད་  
 ལ་གྲོགས་བཅོལ་རྒྱུད་སྒྲི་ནས་པོད་བཞི་སྒྲིར་ཆ་འགས་  
 ནས་རིམ་པར་བསྐྱབས་སྒྲིན་དག་དཔེར་བརྩོད་དང་འག་ར་  
 ལུ་པོད་སྐྱལ་སྐྱའི་ནམ་ཐར་གསར་ཅོམ་བར་སྐྱབས་ཆོགས་



བཅད་གཉིས་གོ་གཅིག་ཆོད་བྱས། ཟླ་ལཔ་ནད་ཟླ་ཉེད་དུ་  
 ལྟོག་སྟེ་འཇམ་དབྱངས་དགུན་ཆོས་འོག་བདེ་མཆོག་དྲིལ་  
 བུ་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ལས་རུང་བསྟེན་མཚམས་འགྲིག་བསྟན་  
 ཅིང་། གནམ་གང་ཕྱི་དྲོ་ཉི་འཛོན་དང་བསྟུན་ཁ་སྟོང་ཞི་  
 བའི་སྟེན་སྟེག་བཏང་། བར་སྐབས་ནམས་སྤྱུ་རྒྱས་འཁྱགས་  
 གཙོ་བོ་སོག་པོ་བླ་མའི་ནམ་ཐར་ཚུམ་འབྲི་རྒྱན་བསྐྱེདས་ལ་  
 སྟུངས་པར་བྱས་སོ།

སྟེ་ལོ་༡༩༣༤པར་གི་བབྱང་བྱ་ཉེར་དགུ་བོད་མེ་  
 ཉལ་ཟླ་དང་པོའི་ཆོས་གསུམ་ལྟ་སར་ཐོན་པ་ལྟ་འབྱང་  
 རྒྱས་འཁྱག་ཏུ་གནས་གཡར་གྱིས་བསྟན་པའི་སྟེན་ལམ་  
 དེང་སྟེག་བྲག་ཁྱི་སྤྱལ་དེན་པོ་ཆེའི་མདུན་ནས་ནམ་སྤྱས་  
 བེའུ་བུམ་དང་གཡང་ཆོག་འཛིགས་བྱེད་དཔལ་པོད། ཁྱི་  
 ཆོན་གྱི་དྲག་སྟེག་ ལྟུགས་མཁར་ཡིག་ཆ་ལེ་ཚན་གསུམ།



གླིང་གོང་མའི་གཏང་རུལ་གྱི་ལུང། ཏ་མགོན་གསང་སྒྲུབ་  
 གྱི་ཇེས་གནང་། དེར་ལེགས་སྟོན་གཏང། ཐང་རྒྱལ་ཆོ་  
 དབང་ཀུན་གླིང་ནས་སྒྱུན་བདག་ཞུས་སྒྱེན་ཕྱག་དེར་ལའོར་  
 ཆེན་གྱི་དབང་ཆེན་དངོས་སྟེ། དེའི་སྒྲུབ་ཐབས་དང་། སྒྱུན་  
 སྟོན་ལུང་སྒྲུ་རོལ་དེར་གྱིས་མཛོད་པའི་ལུང་སྟོན་གས་སྒྲུལ་  
 གནང་ཆོས་གྲལ་ཞུགས། ཆོས་༡༥ཉིན་ཁང་གསར་  
 མཆོག་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་བཀའ་གདམས་གཅིས་  
 བསྒྲུས་གྱི་ལུང་དང་། ལུ་མཐུང་ན་རོ་མཁའ་སྒྱུད་མའི་བྱེན་  
 རྒྱུམ། གུང་རུ་སྒྲུལ་སྒྲུ་གོང་མའི་ཡིག་སྒྲིང་ནས་ཉམས་  
 བྲིད་ཞག་བདུན་མ་དང་། དེའི་མཛུག་བཀའ་སྒྲུང་དུར་  
 བདག་གི་ཇེས་གནང་། གུང་སྒྲུལ་གྱི་བྲིད་ཡིག་དང་སྒྲུབ་  
 ཐབས། ཚོར་ཆེན་གྱི་གསུང་ལ་ཆོར་ཆེན་གྱིས་ཁ་བསྐྱངས་  
 བའི་སྒྲུབ་ཐབས་ན་ལེ་རྒྱུའི་པར་མ་གསེར་ཁང་པར་མའི་



ལྟུང་མཆོད་དང་སྒྱུན་སྒྲུབ། ཆོག་མ་ལའོར་བཅས་ཀྱི་ལྟང་  
 དང་། ལྷ་འཆོས་ལལ་སེ་རར་སྒྱུན་ཏེ་དྲགས་པེ་ཁང་ཆོན་  
 དུ་གནས་བཅས་སྒྲོམ་སྒྲེ་ཁང་ཆོན་དུ་ཕྱ་འཁལ་ལྷ་མ་རིན་  
 པེ་ཆེ་དམ་ཆོས་སྒྲོ་བཟང་ནས་རྒྱལ་དབང་ལྷ་པའི་གསུང་  
 འབྱམ་ཕྱི་ནང་གསང་གསུམ་ལྷ་གས་ལྟང་གནང་བ་ཞུས།  
 ས་ག་ལྷ་བའི་ནང་ས་ཁྱི་ཁམས་ནས་བོད་འབྱོར་ལ་བཅར་  
 ཞིང་། དུས་བཟང་ལ་ཐེག་ཆོན་གསེ་སྒྱུང་དང་འབྲེལ་ཆོས་  
 མངལ་མཆོད་སྒྲོན་ལ་བརྩོན། ཆོས་༡༡བྲལ་ཕྱི་འག་ཏུ་སྒྲོས།  
 ལྷ་འཆོས་༡༡སྒྱུབས་རྗེ་རིན་པེ་ཆེ་མདུན་བཅར་ཏེ་བཀའ་  
 མངགས་ནམ་ཐར་ལྷེབ་རིང་སྒྱུམ་བརྒྱ་བརྒྱལ་བ་འབྲི་རྩོམ་  
 བཅུས་པ་ཡུལ་བས་དབྱེས་རྩོར་སོན་པའི་སྐལ་བཟང་ཐོབ།  
 ཉིན་མང་བར་བསྐྱོར་དང་སྒྲིང་གར་འབྱམས། ཆོས་༡༤  
 བ་ཡུལ་ནས་རང་དགོན་མཆོག་སྒྱུལ་རིན་པེ་ཆེ་དམ་པའི་



དགོངས་ཇོགས་འབྱུལ་བ་དང་དེད་ཕྱིར་བསྐྱ་སྒྲགས་བཟྱ་  
 རྒྱལ་སོགས་འབྱོར། ཟླ་༤ཆེས་༤མེ་རར་ཆེས་མཇལ་ཞུས་  
 ཉེ་ཉིད་ཁང་ཆོན་དུ་ཆོམས་ཇ་དང་། རྒྱབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་མ་  
 བོང་ཁ་ཡང་སེ་རར་བཞུགས་པ་མཇལ་ཞིང་ལྷ་ཁྱིད་  
 སོགས་གྱི་དཔེ་ཆ་འགའ་ཞིག་ཞུ་དག་བྱ་རྒྱུ་བོང་བ་གསེར་  
 གཟིགས་གྱིས་གནང་། ཆེས་༡༡ དགོངས་ཇོགས་ར་ས་  
 འབྱུལ་སྤང་གཙུག་ལག་ཁང་ཆོན་མའི་བྱམས་རར་སྟོང་  
 མཆོད་འབྱོར་པའི་བྱ་སྒྲིག་ཐོག་ཉིན་གསུམ་རིང་ཐོག་ཆོན་  
 གསེ་སྟོར་བླངས་པ་དང་འབྲེལ་ཆེས་བཙེ་ལྟར་གཙུག་  
 ལག་ཁང་ཡས་མས་ཇེ་བོ་ནམ་གསུམ་སྐྱ་རིལ་པོ་དང་།  
 གཞན་ལ་ཞལ་གསེར། གསེར་ཁོང་། སྟན་འཕེལ། བྱམས་  
 རར་མཆོད་སྟོན་ནམ་ལྟ་སྟོང་ཆོར་རའི་ཐོག་ཉེ་རྒྱུད་སྟོང་བྱ་  
 བླངས་ལྟ་བརྒྱ་བརྒྱལ་བའི་ཆོགས་མང་གདན་ཞུས་མང་ཇ་



ཞལ་ཕུག་སྒྱུ་འབྱེད་བསྟེན་བཀུར་ཞུས་ཏེ་ཕུགས་དགོངས་  
 ཟབ་མེ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འཕགས་པ་བཟང་པོ་སྦྱོང་  
 དའི་སྟོན་ལམ་གྱིས་མཆོམས་སྦྱར་རོ། ཆོས་ཀྱི་འབྲས་  
 སྦྱངས་ཞེ་སྟོན་དུ་བསྦྱོང་ཅིང་། ཕྱི་ཉིན་གཙང་པ་ཁང་ཆོན་  
 དུ་རྒྱ་འགའ་རས་ནོར་བཟང་ནམ་ཐར་འབྲབ་པ་དང་། ཟླ་  
 ༧་ཆོས་ཀྱི་འཕེལ་ཉིན་ཀྱི་འཕེལ་ཉིན་སྦྱོང་དུ་ལྟོད་མེས་ཡོངས་།  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་སྦྱོང་དུ་སྦྱོབས་ཀྱིང་། ཕྱི་ཉིན་གྲུ་ཆོང་དང་ཁང་  
 ཆོན་སེ་སེར་མང་ཇ་སྒྱུ་འབྱེད་བསྟེན་བཀུར་ཞུས་། ཆོས་  
 དགུ་བཙན་ཁང་ཕན་ཚུན་དུ་བརྒྱུད་གྲུ་རེས་བསྐྱངས་གསོ།  
 འགག་ཏུ་བརྒྱུད་བསྐྱངས་དང་གྲུ་མང་ནས་དགོན་གའགམ་  
 སྒྱེལ་མར་བཅས་ལྟ་སར་སྦྱོབས་། ཆོས་བཅུ་གཉིས་ཉིན་  
 བཀུ་འཁོས་ཆོས་སྦྱོང་དུ་སྦྱོབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ཐོན་  
 ཕུག་ལ་བཅད། སྒྲར་བཅུ་མས་ལམ་རིམ་བཞིན་བྱིས་པར་དུ་



བསྐྱུན་བཞིན་ཞལ་བྱང་དང་། འགོ་འཁོག་གཉིས་ལ་དབྱ་  
 ལྷ་ཁག་ལྟའི་ཞབས་ཡིག་འཕྲལ་ཕྱིམ་དགོས་ཐེབས་འདྲ་  
 མིན་གསུམ་རེ་བྲིས་ཤུལ་ཁག་གསུམ་གང་འོས་འདེམ་ན་  
 བྱ་ཆོག་འདི་འདྲ་འཁོར་ཏུ་སྒྲེ་གོས་ཟབ་སྦྱར་འདུག་ཅེས་  
 དགེས་ཕྱོད་སེན་ཞིང་བྱུགས་རྗེས་གཏན་འཛིན་དབྱུགས་  
 དབྱངས་བཀའ་བཟང་སྒྲིན། ཆོས་བཙུ་བཞི་ལ་འབྲས་  
 སྦྱངས་གྲ་ཚང་དང་ཁང་ཚན་ལ་ཆོམ་ང་སྦྱ་འབྱེད་ཤུལ་  
 ཞིང་གཙུག་ལག་ན་མས་སུ་གསེར་གོང་སྒྲན་འཁལ་  
 གསེལ་སྒྲིན་གཟབས། མི་དམངས་མནར་སྦྱང་ཏུ་ལྷ་ཁལ་  
 བཙུའི་ལམ་སེན་ཞུས་སྒྲིན་བཅས་ཆོས་བཙུ་ལྷ་ལྷ་ལྷན་ནས་  
 ཚལ་གྱང་དང་། ཆོས་བཙུ་བདུན་འབྲེག་རི་བོ་ཆེ་དགའ་  
 ལྷན་ནམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྒྲིང་དུ་སྒྲེབས་སོ། ཕྱི་ཉིན་གསེར་  
 གདུང་ཆེན་མོ་དང་ཁྱི་ཐོག་ཁང་། བྱང་ཕྱོད་འཁོར་སེགས་



སུ་ཏེན་མངལ་མཆོད་སྒྲོན་རི་བསྒྲེར་དང་། ཉག་རེ་ཁང་  
 ཚན་དུ་ཆོམ་ཇ་སྒྲུ་འབྱེད་བསྒྲུར། གྲུ་མང་གི་དགོངས་  
 བཞེད་ལྟར་བྱི་ལྡིར་ནང་སྒྲོང་དེས་རྗེ་ཆོ་འཛོན་མའི་ཆོ་  
 དབང་བྱ་བྲལ་དབྱ་གཡེགས་བྱས། ཆོས་ཀྱིས་མར་རྒྱུང་  
 མདའ་བྲག་དཀར་ལྟ་རྒྱུར་གནས་མངལ་དང་། ཟླ་བ་  
 བརྒྱད་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ལ་བྲག་གཡལ་དཀྱིལ་དམ་དུ་འབྱོར།  
 བྲག་རྗེ་ནོ་མེན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་བྲ་ཡེར་  
 དགོན་དུ་དབྱར་སེང་བཞུགས་སྒྲུང་བཏེན་ཆེད་བཅར་  
 དགོན་འབྲམ་སྒྲེབས་ཏེ་ཏ་ལས་མ་བབས་པར་ཡང་ཐོག་  
 གཟིགས་མོ་མཛོད་ས་རང་ནས་ཆེ་དབྱིངས་ཟུང་འདོར་སྒྲུ་  
 ཟུང་གྱིས་འབོད་དེ་མཆོམས་འདྲི་གནང་བ་སོགས་ནང་  
 ཚགས་དཔེ་བྲལ་བསྒྱུངས། སྒྲོས་དོ་དང་ནམ་ཕྱག་ལྟ་ལྟེམ་  
 སོགས་ཏེན་ཆས་བཅས་མངལ་ཞུས་ནང་མའི་གསུང་སྒྲོང་



སྒྲུབ་ཞིང་དགྱེལ་དམ་དུ་སྒྲུབ་ལྟོག། ཟླ་ལོ་ཆོས་བཞི་སྟེ་  
 སྟོས་ཏེ་ཐབ་བསྐྱ་བར་བཅས་གདོང་ལོང་དུ་འཕྱོད། མདའ་  
 རྩོང་དུ་བསྐྱད་ཅིང་མཁའ་ནད་ཁམས་ཟུག་བྱ་བ་ཞིག་  
 གིས་བྲོ་འཆོལ་ཕྱག་རྟོར་གོས་སྟོན་ཅན་གྱི་བསྟོན་མཆོམས་  
 དང་། ཟླ་མཇུག་ནས་ཉི་མ་མདུང་གང་མའི་གཏོར་འབུལ་  
 བསྐྱར། རྒྱལ་ཟླའི་ཆོས་འགོར་ལྟ་མའི་འབུམ་ཆོགས་དང་  
 དྲག་ཕུ་མ་བྲི་ཆོར། རྣམ་རྒྱལ་སྟོང་མཆོད་བཅས་ལུལ། རྟེ་  
 དཔོན་ཁག་གི་སྒས་སྒྱ་ཞབས་རྣམ་པ་མནའ་མ་བསྐྱ་  
 མཆོམས་དང་། དེན་པེ་ཆེ་རྣམ་པའི་གས་དག་བ་ཤེས་ཟེན་  
 མཆོམས་མ་གཟབས་ཕྱིན་པ་མ་དང་དག་ཅན་གྱི་སྒྲིག་  
 འོག་ནས་ཐར་འཕུལ་བཏེན་ཁྲམ་པ་འཆོལ་སྟོང་ཅན་དུ་  
 འགྲོ་དོགས་ཆེ་ཚུལ་རྣམ་དཔྱོད་ཅན་གྱི་བདེན་པའི་དག་  
 རྟུར་ཅིང་གུང་འདི་ནས་སྒྱལ་སྒྱ་དང་། དག་བ་ཤེས་ཆེན་



མེའི་ཚུགས་ཀ་བྱེར་སེ་ཇི་ཞན་དུ་འགྲོ་བའི་འགོ་བཙམས་  
 ལེ་མཇུག་ཕྱིད་མེར་དགའ་བའི་གྲོང་མི་ཁ་འགས་ནས་  
 ལག་རྩ་སོགས་ཆེད་བཟོས་རས་འཆམས་དང་། རྒྱན་མ་ན་  
 ཆད་དང་ཆོད་དཔོན་ག་ཡག་གི་ནམ་ཐར་འབྲུབ་ཚན་  
 བསྟན་པས་རྒྱན་བྱས་བྱ་དང་བྱ་མེ་འདེམ་བཀྲས་ལ་ཆོས་  
 རྒྱལ་ནོར་བཟང་གི་ནམ་ཐར་ཁམས་ལྷགས་སམ་རང་  
 བཟོས་ཅན་སློབ་སྦྱོང་ཐལ་ཕྱིད་གྱི་སྟ་གོན་ལ་ཞུགས་སོ།  
 སྦྱི་ལོ་༡༩༣༧་རང་གི་བབྲང་བྱ་སྐུམ་ཅུར་སེན་པ་  
 རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ཐོག་མ་མེ་ཡོས་གསར་བཞེད་ལྟ་  
 མེའི་ཆོས་གཏོར་སོགས་སྒྲར་ལམ་རྟེན་འབྱུང་ཡིན་ཁྱལ་  
 བཟུ་བ་ཉམས་མེད་དུ་བསྟར་ངོས། སྒྲོན་ནས་ཡིག་འཕྲིན་  
 ནན་བཀྲུད་འབྱུང་བར་ཁས་བླངས་ལྟར་ཆོས་གསྐུམ་བྲག་  
 བླས་བྲ་གཏོར་ངོས་ཆོས་མཛོད་ཆེད་དུ་བསྐྱ་བར་མངགས་



འཕྱོར་ཕྱི་ཉིན་གདོང་ཀོང་ནས་ཐོན་གནས་མདོ། ཆོས་ལྡེ་  
 དཔེན་འདུམ་དུ་འཕྱོར་ཞིང་སྒྲ་ཕྱག་མཇལ་ཁར་བཅར།  
 ཆོས་དྲུག་ལ་དགོན་ཐོག་འདུ་ཁང་གསར་བསྐྱོན་ཐོག་མའི་  
 ཉེན་འབྲེལ་དམིགས་ཡུལ་རྒྱ་ཆེ་ཡིན་ཚུལ་སྒྲི་མཛོད་  
 མཛོད་ས་བཅུ་དམ་པས་དབྱུས་ལས་ཆོན་པལ་ཆེ་དང་སྒྲ་མ་  
 ཆོས་མགོན་དང་། གོང་ཇེའི་དབྱ་སྒྲ་སྒྲོ་བཟང་ཆེ་རིང་  
 སོགས་ཕྱོགས་གྱི་དག་བའི་བཤེས་གཉེན། གྲ་ཆོང་  
 ཆོགས་ཆོན་འདུས་གྲ་སྟོང་ཕྱག་བཟལ་བར་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཅོང་ཁ་པས་མཛོད་པ་ལམ་རིམ་ཉམས་མགུར་གྱི་བཤེས་  
 བྱིད་བྱ་བའི་དབྱ་བཙུམས་གསེར་གྱི་སྒྲ་བུམ་ཆོས་བྱི་  
 མཐོན་པོར་བཀོད། འགའ་ཞིག་གིས་ལམ་རིམ་ཆོན་མོ་  
 བཤེས་བྱིད་བྱ་བར་རེའང་ཉམས་མགུར་ལྡེབ་ལྡེབ་དྲུག་ཅིག་  
 ཉི་མ་མང་པོར་བཤེས་བྱ་གས་སྒྲ་མོ་ཡོང་རེའི་



གཡོ་འབྱུལ་ལག་ལེན་སྟོང་པོས་སྟོང་བའི་ཁ་བ་འད་རི་  
 སྟུང་བཀང་། སྒྲུབས་དེར་ཇེ་ཕ་བོང་ཁ་པའི་གསུང་  
 ག་ཤིས་འབྱར་བའི་ཁ་ལྷེ་འདི་ལས་བདེ་ཙམ་ཡོད་  
 ག་ཤིས་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་དང་། ངན་སོང་འཁོར་བའི་  
 སྒྲུག་བསྐྱལ་སོགས་སྟོ་ས་ནས་བ་འད་ན་མང་པོ་མཆི་མ་  
 འབྱིན་པ་དང་། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་དང་དཀོན་མཆོག་གི་  
 ཡོན་ཏན་སོགས་དགའ་ས་ནས་སྟེང་ན་མང་པོ་དགོད་  
 འཆོར་ནས་པ་ཞིག་བྱས་བྱང་། ཀུན་སྟོང་ཆོས་བརྒྱད་དྲུག་  
 གི་ཕྱ་བ་ལས་གཞན་པན་སྒྲན་གྱི་ལོ་འབྲས་གཡུར་དུ་བ་བ་  
 ཡོང་གནས་མ་མཆིས་པའི་ཁར། རང་ཁོངས་ཨར་ལས་  
 དོ་དམ་པ་དང་འཁོར་མཁན་ཆོ་སྒྲུ་ཡོན་མཐོ་དྲགས་འདུ་  
 ཁང་གསར་ལས་ཀ་བ་པལ་ཆེར་གྱི་ཉིང་པ་འདོམས་ཕྱིད་  
 སྟོར་ས་དོང་དུ་བཅུག་པས་རིང་མིན་ཡོ་འབྱོམས་དེད་བྲག་



སྤྱིའི་སྒྲུབས་བསྐྱར་བཅེས་བྱ་དགོས་གྱུར་པ་བཅས་འདྲ་  
 ཁང་གསར་པའི་ཏེན་འབྱུང་ཞལ་བསྟོལ་གྱི་བྱེན་ཆགས་  
 འཁོག་ཡོང་བའི་བྱགས་རེ་ཆེན་པོ་དེ་ནི་དེ་ཙམ་དུ་ཟད།  
 ཆོས་་ཡེའགམ་ཐོག་མཛོད་ཟུར་ངག་དབང་རྒྱལ་མཚན་  
 ནས་ལོ་མང་སྤྱི་མཛོད་བཟུང་བའི་ཐོན་མཇལ་སྤར་སྟོལ་སྒྲ་  
 བྱང་དུ་བརྒྱ་འབུལ་བཏེགས་པའི་བཏན་བཞུགས་སྟོབ་  
 དཔོན་པར་རེ་བཅོལ་མཐུལ་བ་འདྲ་པའང་ཟབ་གཟེངས་  
 འཁོག་ཡོང་རའི་ཨུ་ཚུགས་བྱས། ཆོས་སྐུམ་ཅུ་ཏེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་ཆོགས་ལའོར་བཅས་གྱིས་ལམ་བེད་གྲུབ་ཁུལ་  
 གཡང་སྒྲུབ་སར་བཅད། འོ་ཕོར་མགོན་ཆེན་བསྐྱེད་སར་  
 འཕོད་དོན་ཆེ་དབང་བསྐྱར་བས་མ་ཕན་ག་འཁོགས་སུ་  
 གསེལ་བ་ལྟར་སོང་ཞིང་། དཔོ་བླའི་ཆོས་བརྒྱད་ཏེན་  
 མཛོད་དུ་ཏན་ལས་ཟུར་གྱིས་གཙོས་སྒྲ་བྱང་གི་ནང་མ་



ལས་བྱེད་སྒྱིར་མ་གཅིག་གྲུབ་པའི་རྒྱལ་མོ་ལྷགས་གྱི་ཆོ་  
 དབང་སེགས་འབག་གྱེན་མགོ་བསྐྱོར་ལྗོས་གར་འབྲབ་  
 ཚན་དེ་ཙམ་ཞིག་བསྟན་པས་ཅ་དངོས་མང་པོ་བསྟུས་ཏེ་བྱི་  
 ཉིན་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་གདོང་གོང་དུ་འཕྱོད། དགོ་ཆོན་  
 མཆོག་སྐྱུལ་དམ་པའི་གསེར་གདུང་གསར་བཞེངས་གྱི་  
 གཟུངས་གཞུག་ག་སྒྲིག་དང་། གདུང་ཚྭར་མཐའ་མཚལ་  
 གསེར་ཆབ། དྲི་མེད་ནམ་གཉིས་གྱིས་འཁོར་འབྲི་སྐྱབ།  
 སྐབས་སུ་གསེ་རིག་རྒྱུད་བཞི་ནས་ཙུ་བ་འད་གྱི་རྒྱུད་  
 གཉིས། མན་ངག་རྒྱུད་ནས་ཆ་བ་སྐྱི་བཙོས། ཆ་གང་གལ་  
 མདོ། རི་ཐང་མཚམས་གྱི་ལེའུ་དང་གསུམ། བྱི་རྒྱུད་ནས་ཙུ་  
 མདོ་རྒྱ་བརྟག་ཐང་བྱ། གཏར་མ། ཡོངས་གཏད་ལེའུ་  
 བཙས་སྒྲོ་འཛིན་བྱས། ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་བཟང་ལ་སྦྱང་  
 གནས་ཆ་གཅིག་དང་། དུས་ཆེན་སྐབས་རེར་ཐེག་ཆེན་



གསེ་སྒྱུང་། མཆོད་ཆོག་ཕྱན་བུར་བཙོན་པ་ལས་འགས་  
 ཆེར་མདའ་བའམ། ཟླ་བ་གྲོང་ཆེན་བུ་དང་བུ་མེ་འདེམ་  
 བུས་གས་མཆོ་ཁ་ཞེས་པའི་སྤང་སྒྲོངས་དེགས་རྒྱ་  
 འཛོམས་ཆེས་རྒྱལ་ཙོར་བཟང་དང་། གཙུང་དེན་ཡོད།  
 སྤང་ས་བཅས་ཀྱི་ཁམས་ལྷགས་ནམ་ཐར་རམ་སྒྲེས་གར་  
 སྒྱོང་ཁྱལ་བག་མེད་རྒྱགས་ཅེད་ཀྱིས་དུས་འདས་འཁོར་ཟླ་  
 བ་བདུན་པའི་ཆེས་འགོར་དངོས་གཞི་ཉིན་གསུམ་  
 འཆམས། ལྷད་མེ་བ་ཁྲོམ་ཆོགས་མང་ཙམ་འདུས་འཁོར་  
 ཕྱོགས་འདིར་ནམ་ཐར་འབྲལ་སྟོན་བྱེད་པ་མཐོང་མ་མྱོང་  
 བ་མང་བས་དབྱེན་འདུམ་གྱི་དེ་མོ་དགྲ་འཆམས་དང་།  
 ཆབ་མདེའི་དགྲ་ཆེན་ལས་གྱུང་ལྷད་མེ་ཆེ་ཞེས་སྒྲོང་། ཟླ་  
 དྲུལ་ནས་བཙུམས་འཇུ་མི་པམ་དང་ཁུ་བོ་ཞི་བཟང་གོང་  
 མ་བཅས་ལས་བའགད་བྲིད་གདམས་ངག་ཐོབ་ལ། ཡན་



ཐོགས་ཉམས་ཕྱིར་ཆེ་ངེས་ཡོངས་གྲགས་འཆི་བྱེད་མཁས་  
དབང་ཞང་ཚན་ནོར་དགའ་ཕྱིར་ནས་གསེ་རིག་ཕྱིར་བྱེད་  
ཁྱེད་པའི་འགོ་བཙུམས། རྒྱལ་ཁྱེད་ནང་ཁོང་གིས་འཆར་  
བཏོན་བཞིན་ཆབ་མདོ་སྒང་འགོ་དཔོན་ལྷ་སྒྲོ་དར་ཆེད་  
འཕོད་ལས་ཀྱང་གསེ་རིག་སྒྲོབ་ཁྱེད་བྱས།

སྒྱུ་ལོ་༡༩༣༥ལ་གི་བཟང་བྱ་༥༡པོད་ས་འབྲུག་  
ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆེས་བཅུ་བཞི་ཉིན་སྒྲན་སྒྱུར་གྱི་ཐོག་མ་  
འབྲས་གསུམ་སྒྲན་མར་ཞིག་སྒྱུར། དབྱར་སེས་རིང་རང་  
གི་འབྲོག་ས་ཁེ་རྒྱུད་གཞུང་། སྒང་ལྗོངས་རི་སྒྲུལ་ཉམས་  
དགའ་ཞིང་བག་པེབས་པ་ནམས་སྒྲུ་ཤེ་མ་ཁག་བཙན་  
བསྒྲུལ་སྒྲོད་སྒྲིག་བཙས་སྒྲན་ལྷམ་དེ་སྒྲོད་བྱེད་སར་བྱིན།  
དགེ་ཚན་མཆོག་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེའི་གདུང་ཉིན་གཟུངས་  
གཞུག་འབུལ་རྒྱ་སོགས་ལེགས་བྱུང་དེད་དང་བཀའ་



བརྒྱད་སྒྲོབ་དཔེན་སྒྲོ་བཟང་བསྟན་པ། གྲ་ཚང་དབུ་ཟུར་  
 སེགས་བརྒྱད་གྲས་དཔལ་རྩེ་རྩེ་འཛིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་  
 གསུམ་མའི་སྒྲོ་ནས་རབ་གནས་དག་ལེགས་ཆར་འབབས་  
 དངོས་སྟ་སྒྱུན་སྒྲུབ་བཅས་བཟྱ་འཕེལ་གྱི་མེ་ཏོག་ཕྱོགས་  
 ཀུན་བསྟེལ་བས་ཕུན་ཚོགས་འདྲོད་ཆུའི་དངོས་པོ་ཡོངས་  
 སུ་འཛི་བའི་མེས་འདུན་བགྱིས་ལགས་སོ། ། ཆོས་གྱི་  
 བའཕེལ་གཏེན་མཚན་ལྡན་སྒྲོབ་དཔེན་གྱིས། ། ཆོས་  
 ལྷགས་སྒྲོན་གྲོལ་རྒྱབ་ཏེན་གདམས་ངག་བཅས། ། ཆོས་  
 བརྒྱད་ལམ་གསུམ་ལས་འོངས་གདྲུའི་རྒྱན། ། ཆོས་མེད་  
 བདག་རྒྱུད་ཀྱི་མ་འཕྱུད་ཕྱིར་དབབ། ། ཆོས་ལྷགས་གྲུབ་  
 མཐའ་རིས་སུ་མ་ཆད་པའི། ། ཆོས་འཕྱེར་འཛིན་མེད་  
 གཏེར་གྱི་མཛིན་ཕྱིས་ཏེ། ། ཆོས་རྩེ་གོང་མས་པ་ཡིས་བྱ་  
 ལ་བཞིན། ། ཆོས་མཚོག་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་སྟེམ་པར་



ལྟལ། ། ཆོས་ལྟན་གངས་ཅན་བོད་དུ་ཆེད་བསྐྱེད་གྱིས། །  
 ཆོས་བཞིན་སྐྱོད་པའི་རྒྱད་གྲར་མ་འཇུག་བར། ། ཆོས་མིན་  
 བྲོམ་དང་ཕལ་བྲིམ་ཉལ་བ་ཡིས། ། ཆོས་གྱི་མདུན་ལམ་  
 རྣམ་གཡེང་ལུན་པས་བཀག། ། ཆོས་གྱི་ཟབ་དོན་ཁ་ནས་  
 འབྱེན་ན་ཡང་། ། ཆོས་ཉིད་དངོས་དོན་བདེན་འཆོལ་མ་  
 ཐུབ་པས། ། ཆོས་ཆོག་སྤྱོད་བ་ནི་ཅོའི་ཁ་ཉོན་བཞིན། ། ཆོས་  
 ལྟན་མངའ་བའི་མདུན་སར་ཇུན་ལྷག་ཐུང་། ། ཆོས་བརྒྱུད་  
 ཉིད་བཀྱར་སྟན་གྲགས་ཐོབ་དེ་དང་། ། ཆོས་གྱི་འབག་གྱོན་  
 བ་ལྟ་གཞིག་སྟབས་བདའི་སྦྱང་། ། ཆོས་དོན་གཉེར་བ་  
 ཆེངས་དད་སྐྱེ་བའི་ངོར། ། ཆོས་ཚུལ་ཅན་དེ་བཅོས་མའི་  
 མགྱོན་པ་ཡངས། ། ཆོས་གྱི་བདུད་ཅི་མ་དུལ་གདུལ་ཕྱིར་  
 ཡང་། ། ཆོས་བཅུད་སྐྱོན་གསུམ་སྐྱོད་དུ་བཟེད་པ་  
 ལས། ། །ཕྱོམ་ཁུ་གཞིབ་འོས་གཞར་ཡང་མ་དམིགས་



དཔེ། ། ཆོས་གཟུགས་གསེར་གྱི་སྒྲག་བུམ་གྱི་ཚུལ་མངོས།  
 ། ཆོས་པ་བླ་མ་སྐུལ་སྐྱེའི་མིང་འཛིན་ཡང་། ། ཆོས་མིན་མི་  
 དག་བཅུ་ཡིས་བྱུང་རུལ་བ། ། ཆོས་དང་འཛིག་ཏེན་གཉིས་  
 མེད་མེད་གི་བདག། ། ཆོས་དང་སྤྱིད་གྱི་ལེགས་ཆོགས་  
 གུན་ལས་ཉམས། ། ཆོས་ལ་སྤྱིད་གྱི་བྱང་དབང་འདྲེས་  
 བྱུང་ཅིང་། ། ཆོས་ལུགས་བཙུང་གཞོན་ལག་ཆ་སྦྱོང་བྱེད་  
 བ། ། ཆོས་འབག་གྱེན་པ་མ་རུངས་སྒྲང་པོ་འགས། ། ཆོས་  
 བཟང་གཙང་མ་པདྨའི་ཁྲིང་དེ་རྟོག། ཆོས་གྱི་སྐུལ་སྐྱེར་སྒྲོ་  
 བཏགས་བདག་འདྲ་དང་། ། ཆོས་དད་ཡེ་བྲལ་དམངས་གྱི་  
 ཆོགས་འགའ་ཞིག། ཆོས་གྲུང་འཇུག་དགོས་བཙུན་པོའི་  
 བཀའ་ལྟར་གིས། ། ཆོས་གྱི་དད་པ་རང་མེས་མིན་པར་  
 བྱས། ། ཆོས་གྲུང་ཞུགས་པ་ཉམ་དམན་རབ་བྱུང་དང་། །  
 ཆོས་གྱི་འབངས་ཉམས་ཆབས་ཅིག་བཙུང་གཞོན་སྤྱད། །



ཆེས་དང་མི་མཐུན་ངན་སྦྱོང་དུང་སྦྱོང་གྱིས། ། ཆེས་གྱི་  
 དགོན་གནས་མང་དག་ནག་པོས་གོས། ། ཆེས་གྱི་ཕྱ་བའི་  
 བྲིམས་ལྷགས་ལས་འགལ་བཞིན། ། ཆེས་འཛིན་པར་ཁྱེ་  
 གདོན་ཆེན་ཆེས་རྒྱན་གྱིས། ། ཆེས་ཞབས་མི་འདེགས་  
 འདྲིན་པའི་སྦྱོང་ངན་ཅན། ། ཆེས་སྤང་བྲེལ་བའི་ལྷོག་སྤྱན་  
 དེ་ལ་སྒྱམ། ། ཆེས་དོན་མི་འཁེས་འཁེས་ལྷོམས་ང་རྒྱལ་  
 དང་། ། ཆེས་གྱིས་མ་གྲོས་གྲོལ་ཁྱེའི་གཡེ་ཐབས་གྱིས། །  
 ཆེས་བརྒྱད་འདོད་ཡོན་ཡོན་དུ་འཐོབ་པའི་སྤྲད། ། ཆེས་  
 སྦྱོང་ལ་ཆེངས་ཆེངས་དང་སྦྱེ་བོ་བསྒྱུས། ། ཆེས་གྱི་འཕྲི་  
 ལྷོག་འཆད་ཉན་བགོ་སྦྱང་སོགས། ། ཆེས་དང་མཐུན་ངེས་  
 དཔལ་གཟེའི་མཐུ་དམན་པས། ། ཆེས་མིན་སྦྱོང་པའི་གྲིབ་  
 སོ་དབང་བཙན་འོག ། ཆེས་གཟུག་འོད་སྤང་དེ་ཡང་ནས་  
 འཁྱིང་འཁོགས། ། ཆེས་དང་ཆེས་མིན་དགར་ནག་འདྲིས་



མ་ཡིས། ། ཆོས་པས་འཆོལ་པར་སྒྱུད་པའི་འགོ་བཙུམས་  
 པ། ། ཆོས་མིན་སྒྲག་གིས་བསྐྱུས་པའི་བྱན་མཆོམས་སུ། །  
 ཆོས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་རྒྱུ་འོ་ཡག་ཏུ་མནལ། ། ཆོས་དང་  
 རང་མེས་ཆབ་སྤྱོད་གཅིག་གྱུར་ཞེས། ། ཆོས་དང་མེད་  
 བཞིན་ཆོས་དང་སྒྱེ་བའི་དོར། ། ཆོས་ལྷགས་སྤྱོད་ཐུས་  
 བྱད་དུ་འཕྲུ་པ་དེར། ། ཆོས་སྒྱུན་ལྡན་ནམས་དགའ་  
 བསྐྱའི་སྒྲ་དབྱངས་ལེན། ། དེས་འཁོར་པ་རེལ་བྱེན་ལ་རབ་  
 བཅོམ་ཏེ། ། བྱད་ཆུབ་སེམས་ནི་ནམ་ཡང་བརྟེན་མ་གྱུར། །  
 སྤྱིག་པ་གང་ནམས་སྒྲིབ་པར་གྱུར་པ་དག ། དེ་དག་མ་  
 ལུས་ཡོངས་སུ་བྱད་བར་འཁོག། ཅེས་བྱ་བ་ནི་བར་སྐྱབས་  
 ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སྒྲོན་ལམ་དང་བཅས་པ་སྟེ། དེ་  
 དག་གིས་གདོང་གོང་ཨུ་ཡོན་བྱབ་བསྐྱུན་བདེ་ལེགས་སྒྱུ་  
 མཆོ་ཞེས་བྱ་བ་བདག་གི་འདི་སྒྲ་ཀུན་རྫོབ་སྒྲོན་པའི་སྒྲོམ་



གར་རོ་མཚར་གཟིགས་མོ་འབུམ་འཆར་གྱི་སྒྲིག་བརྟན་  
ལེའུ་ལྡ་ལས་རང་ལོ་སོ་གཅིག་བར་སྒྲ་བདག་ཕྱི་ཚུལ་ཅམ་  
གྱིས་གཙོ་ཆེར་སྒྲིབ་གཉེར་སྦྱངས་བཙོན་ལ་འབད་ཚུལ་ཉི་  
ནས་གྱི་སྦྱང་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲེར་ཏེ་སྒྲེར་ཆོ་དང་ཕོ་ཚྭ་གས་  
སོ།།།



གདོང་ཤོང་ཅུ་ཡོན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་  
བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲེས་གར་དོ་  
མཚར་གཟིགས་མོ་འབྲུམ་ཕྲག་འཆར་  
བའི་སྒྲོག་བརྟན་ལེའུ་ལྡ་ལས།

གཉིས་པ། བྲག་སྦྱི་དྲ་ཉན་དང་མཁན་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་  
ལྷགས་ངན་བྱད་དབང་ལ་སྦྱད་པ་མ་རུངས་ཐུན་གསུམ་  
མཚན་མོ་ལྷ་བྱའི་སྒྲིང་ཏེ་སྒྲིང་ཆོ་གཉིས་པ་བཞུགས་པའི་  
དབུ་ཕྱོགས་དགའོ།

① བྲག་གཡབ་ཀྱི་སྦྱིང་འཛིན་རྟིང་པའི་ལམ་ལྷགས་སྦྱིང་  
བསྟན་པ།



བདག་ནི་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་དག་གི། ། བསྟེན་  
 བཀུར་བཅུད་པ་དག་ལ་ཉི་དུ་དང་། ། བྱམས་ལ་མཛོལ་  
 བ་ཤེས་མ་བཞིན་སྐྱབ་པ་དང་། ། བ་བཞིན་པན་པའི་  
 གདམས་ངག་འདོམས་པར་འཁོག། བདག་གི་མིང་ནི་དྲན་  
 པ་ཅོམ་གྱིས་གྱུང་། ། འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་དག་འཛིགས་པ་  
 ལས། མེད་ལ་སྐྱོབ་པར་གྱུར་ཅིང་སྤྱོད་གསུམ་གྱི། ། ལྷག་  
 བསྐྱལ་མ་ལུས་པ་དག་སྦྱོང་བར་འཁོག། རོངས་པ་བརྒྱ་  
 ལྷག་བསྟེན་པའི་མི་དག་ལ། བྱམ་པ་བཟང་དང་ནད་པའི་  
 སྒྲན་དང་ནི། ། ཡི་དྲགས་ནམས་ལ་རྒྱན་མི་འཆད་པར་  
 ཡང་། ། བདུད་ཅིའི་ཆབ་གྱི་རྫིང་བུ་བཟང་པོར་འཁོག།  
 བདག་ནི་གྲང་བའི་དཔྱལ་བར་རྩོལ་དང་། ། ཚ་བར་རྫི་  
 ཆར་བཅས་པའི་ཆར་འབེབས་འཁོར་། ། གཞན་ཡང་འཁོར་  
 ཏུ་སྒྲན་པའི་ངན་འགྲོ་དག། གཞོད་པ་མ་ལུས་ནི་བར་བྱེད་



ཕར་འཕྱེག་། འགྲོ་བས་བདག་ནི་དྲན་པ་ཙམ་གྱིས་བྱང་། །  
 མེངས་པ་མངོན་སྤྱུང་གྱུར་ལ་གཉེན་བ་ཤེས་དང་། ། ཉམ་  
 ཐག་མདའ་ཆར་འབབ་ལ་གོ་སྤྱོད་དང་། ། བྱ་ངན་མེ་ལ་  
 བསེལ་བའི་རྒྱུ་གྱུར་ཅིག་། འགྲོ་བ་དག་གིས་དྲན་ན་ཉེན་  
 མེངས་པའི། ། དུག་གི་གཉེན་པོར་གྱུར་ཅིང་སྤྱོད་གསུམ་  
 གྱི། ། རྩུ་བོ་དག་ལ་ཟམ་པ་བརྟན་པོ་དང་། ། ངན་མེང་  
 རྣམས་ཀྱི་སྒོ་གཏན་བབྱེད་ཕར་འཕྱེག་། བདག་གི་མེང་  
 ཙམ་དྲན་ནའང་འཇུག་པ་བཞིན། ། འགྲོ་བ་མ་ལུས་སྤྱོད་  
 པའི་གཡང་ས་རྒྱ། ། ལྗང་བ་ནི་བ་དག་གི་ཕྱི་མེ་ལ། །  
 འཇོགས་པར་བྱེད་པའི་ཐེམ་སྒྲས་གཞིར་གྱུར་ཅིག་། སྒྲོ་  
 ཅིག་ཙམ་ཞིག་ཁྱོ་ཞིང་བདག་གི་མེང་། ། སྒྲོ་ལ་དྲན་པ་  
 ཙམ་ཞིག་བབྱེད་ན་ཡང་། ། ངན་མེང་རྣམས་སུ་ལྗང་བར་  
 མི་འགྱུར་ཞིང་། ། དེས་པར་ཡང་དག་བྱང་རྒྱུ་སྒྲུབ་པར་



འོག ། ཅེས་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་ཕྱི་མ་གྱི་བྱ་མཆོག་ཏུ་  
བསྐྱབས་པ་སྟེན་ངག་མཁན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྟོབ་  
དཔོན་དཔའ་བོས་མཛད་པའི་སྟོན་ལམ་བྱད་པར་ཅན་དང་  
མཐུན་པར་ཅེ་གཅིག་རེ་འདུན་འཁོས་བཟོད་མེ་ཉོག་འཕྲུང་  
བ་སྟོན་དུ་འགོ་བས་ཅུ་བའི་ས་བཅད་གཉིས་པ།

བྲག་སྟེ་དུ་ཅན་ནམ་དར་ཅན་དང་མཁན་རྒྱུ་  
སོགས་གྱི་ལྷགས་ངན་བྱད་དབང་སྟུང་པ་ཐུན་གསུམ་  
མཆོན་མེ་ལྷ་བུའི་སྟོར་ལ། བྲག་སྟེ་བཟུང་བ་དང་། མཁན་  
རྒྱུ་བྱས་པའི་ལོ་རྒྱས་གཉིས། དང་པོ་ལ། བྲག་གཡལ་གྱི་  
སྟེང་འཛིན་རྟོང་པའི་ལམ་ལྷགས་སྟེར་བསྟེན་པ་དང་། བྱེ་  
བྲག་སྟེ་མཛོད་དར་ཅན་གྱི་སྟེང་དབང་བཟུང་བའི་སྟོར་  
གཉིས། དང་པོ་ནི། མདོ་སྟོང་ཆབ་མདོ་གྲོན་རྒྱས་ཁོངས་  
བྲག་གཡལ་ཅེས་གོ་འདྲི་སྟེར་ཁམས་མཛོད་སྟོང་དཔའ་



འཕྲོ་ཆབ་མདོ་ཞན་ནམས་གྱིས་ཕྱོགས་མཆོམས་ནས་  
 བསྐྱོར་བའི་དབུས་ས་ཁྱོན་འགར་ཕུབ་ཏིན་ལམ་དུག་དང་།  
 ལྷོ་བྱང་དུ་ལྷ་ཡི་ཚད། ས་གཞི་ཞིང་ས་ག་ཤིན་ལ་འཕྲོག་  
 ས་བཟང་ཞིང་ཕྱི་ཤིང་སྤྲན་རིགས་ཐོན་ཁུངས་བཟང་བ།  
 མ་སྤས་མཆེད་དགའམ་གཏན་ཆེན་སྡེ་བཞིའི་ནང་ཚན་  
 འཛུམ་ཆེན་དེ་བྲིམ། བོད་ཁམས་སྤྱོད་བའི་བསྐྱོན་མ་དགེས་  
 ཡུལ་དུ་གྲགས་པ་སོགས་ནམ་ལྔ་དུས་བཞི་ཀར་རྒྱ་འཕེལ་  
 དབང་པོའི་རང་མདངས་འགྱུར་མེད་དུ་གསལ་བ་ལྷ་ན་  
 ལྷག་པའི་གངས་རི་དང་། ལྷན་པོའི་སྤྲུལ་པ་འཕྲོག་བྱེད་  
 དཀར་རྒྱལ་འཕོ་ཚ། རབ་རྒྱལ། རབ་དཀར་སོགས་བྲག་རི་  
 དང་གཡའ་རི་རུམ་བཞེད་དང་ལྷན་པ། འབྲིགས་བྱེད་གྱི་  
 མཆེད་པོ་དགེས་བཟང་། གསལ་བ། རྟག་ཕྱི་སོགས་  
 རགས་རི་ལྷན་ལྷག་པ། གཏའ་ཤིང་འཛིན་ལ་ཅོ་འདྲི་



གནས་པེ་དེ་ཇི་གྲུ་མགོན་དང་། བསྐྱེད་བ་རིན་ཆེན། གམ་  
 དཀར་གཡུ་ཕྱེ་སོགས་ཉམས་དགའ་བའི་སྤང་རི་བཅས་ས་  
 འཛིན་མཆོག་ཏུ་བརྗེད་པས་ནམ་པར་བསྐྱེད་བ། གནས་  
 མཆོག་ཉེར་བཞིར་དེ་བོ་དང་དེ་འདྲ་སྣ་ཆོགས་ཡོད་པར་  
 བ་ཤད་པ་ལས། ས་སྤྱོད་གསུང་གི་ལཱེར་ལཱེ་ནང་ཆོན་  
 གཞིའི་གནས་དང་། ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་རྒྱལ་ཚབ་མི་  
 དམ་མགོན་པོ་དང་། འཕགས་མཆོག་འཛིན་ཉེན་དབང་  
 ཡུག་རི་མདའ་ནམ་པར་སྤང་མཛད། མཆོམས་གྱེ་མ་ཉི་  
 རང་ཕྱོན་སོགས་ནངས་གྱེ་དུས་མེས་རྒྱལ་གོང་མ་ཐང་ཐེ་  
 རྩེ་གི་སྤུས་མེ་ལྷན་འཁོར་གོང་ཇི་ཞེས་ཇི་བཙུན་སྒྲོལ་མའི་  
 ནམ་འཕྱལ་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཉིད། ཐུགས་ཇི་ཆོན་པའི་སྤྱལ་  
 པ་ཆོས་སྤྱོད་བའི་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་བཙན་སྒྲམ་པའི་བཙུན་མེར་  
 བོད་མི་མང་ལོགས་བྱས་བགོ་སྒྲལ་གྱིས་མགོན་དུ་བསྐྱུས་



དཔེ་མཐུ་ལམ་གྱི་དེ་མཚར་མཛོད་རྒྱུ་སྒྲུ་བཟང་སྒྱུ་  
 བོ་མཐུ་དག་གི་སྒྱུ་དང་མིག་ལ་བདུད་ཅིང་སྒྱུ་པས་  
 སྒྲུ་པ་དང་། དབུ་གཞུང་ལའི་གོ། ཐའི་གོ། རན་ཕུ་གི།  
 གཡེ་ནན་བཅས་སྒྱུ་ལ་ཁབ་བཞི་བཟུང་སྒྱུ་མཚོ་ཆེན་པོར་  
 འཇུག་པ་ཡོངས་གྲགས་སྒྱུ་ཆུང་གཙང་པོ་དང་། ག་ཟེ་  
 ཐོགས་གྱི་གཡག་སྒྱུ་ བསྒྱུ་སྒྱུ་ མེ་དེའི་སྒྱུ་སྒྱུ་། གཞུང་  
 འོད་སྒྱུ་བོ། ལབ་སྒྱུ་ སྒྱུ་སྒྱུ་། འོ་འཕོ་གཞུང་སྒྱུ་ དེ་དག་  
 གུན་འདུས་དབྱེན་བཟུམས་སམ་(འདི་ལྟར་འོས་གུང་  
 ཡོངས་གྲགས་སྒྱུ་དྲགས་) དབྱེན་འདུས་དུ་འབབ་པ་སྒྱུར་  
 ཆུང་སྒྱུ་སྒྱུ་བཅས་སྒྱུ་ག་འདོན་ཡུར་འདྲེན་ལ་པན་  
 ཐོགས་ཆེ་དེས་སྒྱུ་སྒྱུ་མང་པོ་མཛོད་པར་རེལ་བ། ཡར་  
 འོད་ག་འོད་ལྷགས་གྱི་རི་བོ་དང་དདུལ་ཁ་ཟེར་སམ་  
 མཚོན། རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲུ་གཏེར་མང་བ། རང་བྱུང་སྒྱུ་ཚན་



ཁབ་གསུམ་གྱིས་མཚོན་པར་དེ་སྐྱུམ་དང་དེ་སེལ་གྱི་  
 གཏེར་ཁ་ཡོད་པར་ངེས་པ་སེགས་མེས་རྒྱལ་གྱི་ཆ་འགས་  
 བོད་ཁམས་གངས་འཁོར་ལྗོངས་གྱི་མངོས་རྒྱན་དུ་ཆེ་བ་དེ་  
 ལྟ་བུའི་གཞིར། སྤྲུམ་ཡུལ་འབྲེག་སྡེ་དུད་ཁྱི་སྒོར་ལ་  
 སྒྲོད་རིགས་ཡང་འགྱུར་ཏུ་འདྲ་མིན་ཁབ་གཉིས་སྒྲོད་པ།  
 མང་ཆེ་བའི་མི་གཉིས་ཚུལ་འགས་སྒྲོད་རུས་དཔའ་ངར་  
 སྒྲེ་གོས་ཆེ་ལ་ཕྱི་ཐག་རིང་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་གྱུར། སྤྲུམ་  
 གྱི་སྒྲེ་ཚོགས་ལམ་ལྷགས་ཆེས་མུན་ནག་ཏུ་སེང་དབང་།  
 ཡིག་ཚང་ཁྱདས་ཐུབ་ལོ་རྒྱས་ཞིབ་པ་མཐོང་ཐོས་མ་གྱུར་  
 དཔས་གནའ་རབས་དུས་རིང་པོའི་གནས་ཚུལ་འཆད་པར་  
 དཀའ་རུང་། ཡིག་ལམ་ཐོར་བུ་དང་ཆན་པོའི་ངག་རྒྱན་  
 རིག་དཔྱད་བཅས་རྒྱུ་འབྲེལ་གྱིས་བཟྭགས་ཆོ། བོད་རྒྱལ་  
 མེས་དཔོན་སྐབས་དེ་དག་གི་མངའ་ཁོངས་དང་། སེལ་



བྱར་འཕྱོར་ནས་བཟུང་མདོ་སྦྱང་ཁུལ་བྱིངས་རེ་ཞིག་པ་  
 ཚོན་དཔུང་སྟོབས་སུ་མང་སུ་རྒྱག་དང་། དཔལ་འཕྱོར་སུ་  
 རྒྱག་རྗེས་འབྲངས་ཡུལ་ཁམས་སྡེ་གོང་ཚོ་འཁོག་ཚོམ་བྱར་  
 བཅད་དེ་གནས་པ་ལས་ཡུལ་སྡེ་རྒྱངས་འདིའང་དེ་ལྟར་  
 དང་། བྱེ་བྲག་སྦྱིར་ཡུལ། དགེ་ཚང་། ལྷ་པ། སྦྱང་ཡུལ་  
 ཞེས་པ་ཚོ་རིས་བཅད་ཐོག་ལྷགས་མགར། གསེར་དངུལ།  
 ཟངས་སོགས་དཀྲོས་བརྒྱུད་པ། ལྷག་པ། འཁེལ་འཕག་  
 མཁན། ཚོམ་བྱ་པ། གེ་མཉེད། གེ་བཟོ། ལྷམ་མཁན། གྱང་  
 མཁན། ཕྱིག་མཁན། རྩོ་བཟོ། འཁོར་བཟོ། འཁོར་བརྟེས་  
 མཁན། གྲུ་ལས་པ། གཟིངས་གཏོང་བ། སྟན་ངག་རྩོམ་མི།  
 སྟན་པ། ཕྱིས་པ། དེ་མོ་མཁན་དང་ཚོན་གཏོང་བ། ཡིག་  
 འཕྲི་བ། འཁོག་བྱ་བཟོ་བ། སྟོས་དང་མདའ་བཟོ་བ། དཔྱུག་  
 པ། བྲོ་གར་མཁན་དང་ལྷག་པར་རས་པ་སོགས་ལག་



འཤམ་བཟོ་ལས་པ་འགའ་ཞིག་དར་མེད་དེ། གཙོ་ཆེར་  
 ཞིང་འབྲེག་ཐོན་སྐྱེད་གྱིས་འཚོ་བ་ཞིག་དང་། མེས་རྒྱལ་  
 གྱིས་བོད་གཙུག་སྐྱེད་གནང་ནས་བཟུང་ས་སྐྱེ་འགྲོ་མགོན་  
 འཕགས་པ་རྒྱ་ལམ་བྲག་གཡབ་ནས་བྱོན་བཞུགས་མཛད་  
 དེ་དགོན་གནས་ལྷ་ཉིན་བཞེངས་པ་སོགས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཐོག་ཆེབས་ཁ་བར་སྡེ་དུམ་ཞིག་བྱོན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་  
 དབྱེབས་མཚུངས་འབའ་སྒྲང་ས་གནས་སུ་སྐྱོན་གསལ་  
 ཞིག་ལ་སྟོང་དཔོན་བསྒྲེས་པར་སྟག་ར་སྟོང་དཔོན་དུ་  
 གྲགས་ཏེ་མཛེས་བཅུ་དཔོན་ཚང་ཡིན་ལྟགས་བཤམ་གྱི་  
 ཡོད། ཆོས་ལྟགས་བོན་ནི་སྤྲེ་མོ་ནས་འབྱིབ། གྲུབ་ཆེན་  
 ཉག་རེ་སེ་བོའམ་ཉག་སེ་རིན་ཆེན་ཞེས་ནམ་མཁར་བྱ་  
 རོད་ལྟར་འཕུར་ནས་ཇི་ཕག་གྱུའི་དངོས་སྟོབ་དེ་ཉིད་བྲག་  
 གཡབ་པར་སོང་བས་རང་ཡུལ་གདུལ་བྱ་འགྲོ་དོན་རྒྱ་



ཆེར་བསྐྱུངས། དེ་དང་ཆེས་ཇི་སྒྲུབ་པ། དཔལ་ལྷན་འབྲུག་  
 པའི་སྐྱབ་བསྐྱུང་འཕྲིན་ལས་ལ་བཞེན་ཉག་དེ་དང་སྒྲུབ་  
 ཚང་། འབྲུག་པའི་གྲུབ་ཐོབ་དང་བླ་མ། དེ་དག་ལ་བཞེན་  
 པའི་གཉེར་ཕྱག་སོགས་བཀའ་བཞེད་དབང་བསྐྱུར་གྱི་  
 ལམ་ལྷགས་རིམ་པར་ཆགས། འོན་ཀྱང་གཅིག་སྒྱུད་ནི་  
 མེད་འདྲ་ལ་ནང་འབྲུག་དང་བྲལ་དམག་གིས་ཉམས་ཉེས་  
 མ་གཏོགས་ཁང་ཞིང་གི་ཇིས་འཁྱུང་ལ་དཔག་ཆེ་ཐོན་  
 སྒྱུད་འཆོ་བ་བར་སྐབས་ལས་ལེགས་པ་ཡིད་བཟོ་སྒྲུང་།  
 དེང་དུས་ཀྱང་མེད་མ་རྟུབ་པའི་སྒྲིན་གྱི་མི་དྲག་དཔོན་  
 རིགས་ནི། བོད་བཤམ་ཉལ་སྒྲུག་ར་སྒྲོང་དཔོན། འབྲུག་  
 གཉེར་ཚོད་མ། ཕུ་དྲུང་པ་སོགས་ཡིན། དགོན་པ་ནི། རང་  
 གྲུབ་རྒྱས་ཁོངས། སྒྲེར་སྒྲོད་འཁོར་རྒྱུ་འབྲུ་དགར་  
 རང་གྲུབ་འཁོར་མཛོ་རྒྱུ་གསེར་མདོག་གནས་བདེ་



དང་པོ་གསུམ་སྒྲར་བྱ་དགོན་ཁང་ཚན་༡༡ཁོངས། མོ་པ་  
 ་འཁོར་ནས་་འཁོར་གསང་། གྲོ་འཁྱག་ བྱམས་སྒྲིང་། རིན་  
 སྒྲུངས་༥། དབྱེན་འདུམ་ཚུས་ཁོངས། དབྱེན་འདུམ་་འཁོར་  
 ནས་དཀར་ཉེག་ ཟླ་འཆར། སྒྱག་ལྷ། རྩོ་བ། བྲག་གཡབ།  
 གསལས་མཁར། འོ་ཕེར་་འཁོར་དུ། ཡེར་དགོན། ཚུ་སྒྲིབ་  
 ་འཁོར་དུ། གཡེའུ་དགོན། ་འོག་གསུམ་་འཁོར་དུ། ཡེར་ཇོ།  
 བྲག་འགོ་ན་ རྩོ་དཀར་ཚུས་ཁོངས། མཛེས་བཅུ་་འཁོར་དུ།  
 སྒྲུང་དཀར། རྩོག་ར་། ་འཁོར་ཁ་་འཁོར་དུ་དགོན་ལྷང་། རྩོ་  
 དཀར་་འཁོར་དུ། ཚུན་མེ། དབྱར་ཞོ་། དབྱེན་མདའ་་འཁོར་  
 དུ། ས་སྒྲུ། བྲང་དགོན་། འགའ་ག་་འཁོར་དུ། རྩོ་མ་སྒྲུ།  
 དུང་འབྱུངས་། ཟླ་ཚུ་ཕར་ཕྱོགས། མཁར་སྒྲུང་ཚུས་  
 ཁོངས། མཁར་སྒྲུང་་འཁོར་དུ། ཚུ་དབར། ཚ་མདོ་་འཁོར་དུ།  
 ཚ་མདོ་དགོན། ཡེར་་འཁོར་དུ། མོ་སྒྲུང་། དཔྱེལ་དམ་



འདུ་དུ་ རྟོར་དགོན། གྲགས་པ། བྱ་ཡེར་ན་ བྱ་དགོན་  
 བྱ་ལ། བྱ་མས་མདུན་རྩུ་ཁོངས། ཚ་ཞང་ཁང་ཚན་དང་  
 མདའ་མཛོ་ར། ལྷ་ཁང་ངམ་སྒྱིད་སྒྱིད། འོ་འབེམ་འདུ་  
 ཅེ་ཨྱ། སྒྲགས་བརྒྱད་དང་ལྷ་སྒྱུང་ནས་སྒྲེ་གསུམ་ཁང་  
 ཚན། བྱ་མདའ་འདུ་ནས་བྱ་མདའ་ཁང་ཚན། བྱ་འཕྱོག་  
 འདུ་ནས་འཕྱོག་སྒྱིད་། ཅུ་ལ་བཟང་འདུ་ནས་དཔལ་རི་  
 དང་འབེ་ཉ་ཁང་ཚན། དཔལ་རི་སྒྲར་མ་དགོན། གཞན་  
 ཡང་སྒྲ་བྲང་ཁག་གཤོང་ཞོང་། སྒྲ་སྒྲ། རྩུ་དབར། མཁར་  
 འགོ་ བྱི་རྩུ་། བྱི་ནན། སྒྲེ་དགོན། གཙང་སར་བཅས་ཏེ།  
 དེ་དག་ལས་ལྷོ་མ་ལྷ་དགོན་སོགས་པ་དམ་པ་དང་། སྒྲེ་  
 དགོན་གྲུབ་ཐོབ་ཉག་སེ། གཤོང་ཞོང་ཉག་སེའི་སྒྲེབ་མ་  
 རས་གྲོན་ཞབས། རྩུ་ཉེ་དགོན་དང་། ས་སྒྲ་སོགས་འགོ་  
 མགོན་འཕགས་པ། སྒྲངས་དགར་དང་བྱ་ཡེར་གཤོང་ཞོང་



དུན་ཆོགས་རྒྱ་མཚོས་བཏབ་གསལ་བཅས་སྒྲ་ཕྱི་ཅི་  
 དེགས་དང་། ཆོས་ལུགས་ས་བཀའ་བརྒྱད་འཛིན་དུ་མིང་།  
 སྒྲི་ལོ་༡༥༧ འགོང་མ་མིན་ཁྲོའི་དུས་བཀའ་བཅུ་གྲགས་  
 ང་རྒྱ་མཚོ་ཟེར་བའི་བླ་མ་ཞིག་བྱུང་། འབྲུངས་ཡུལ་བྲག་  
 གཡལ་སྒྲི་ཕུ་སྒྲིང་དང་རྒྱུང་མིང་གསུངས་དཀར་ཟེར། སྒྲི་  
 བོའི་སྐབས་རྡོན་ལས་ཀྱང་སྒྲིང་ཞིང་འཕྱུར་གཡེང་ཆེ་ཙམ་  
 ཡོད་ཆོད་ནས་གྲ་པ་བྱེད་སྐབས་དམངས་སྒྲུང་། བུ་  
 གསུགས་དཀར་གྲ་པ་ཡོད་དེགས་མིང་། བུ་གསུགས་  
 དཀར་གྲ་པ་བྱུང་བས་ན། བན་ཆོས་པ་ས་ཁར་འཁོང་  
 དེགས་མིང་། ཅེས་སྒྲུངས་སྒྲིང་། བོད་ཕེབས་གཞུང་ལུགས་  
 སྒྲོབ་སྒྲིང་བཀའ་བཅུའི་མཚན་བཞེས་རང་ཡུལ་ཕྱིར་ཕྱོག་  
 བྲག་གཡལ་དགོན་བྲག་ཕུག་གཡལས་འདྲ་བའི་འོག་ཆོས་  
 ལུགས་ཀྱི་སྒྲོམ་སྒྲུབ་མཛོད་ནས་བཞུགས་པས་བྲག་



གཡལ་བ་བླ་མར་གྲགས་ཏེ། དེས་དབང་མཛོད་པའི་མངའ་  
 རིས་ལ་བྲག་གཡལ་བ་ཟེར། གཡལ་བས་ཞེས་ཡང་འཇུག་ཐོབ་  
 གུང་སྒྲ་མོ་ནས་རྒྱན་སྒོལ་ཡང་འཇུག་གཅོད་པར་སྒྲུང་།  
 སྒྲེར་རྒྱུ་པར་རྒྱུར་སྒྲུང་ཅིག་གིས་བཞུགས་སྒྲུང་སྒྲོ་བར་  
 གྲགས་པ་སོགས་ཏུ་འཕྱུལ་སྒྲ་ཆོགས་བསྟན་སྒྲུང་དང་  
 ཆོས་བཤམ་དག་བསྟན་ལ་གྱིས་ཕྱ་དྲུང་པ་སོགས་མི་དྲག་  
 དང་། དེ་གོང་གི་དགོན་ཁག། མི་མང་པོ་ཞབས་འོག་  
 འདུས། རྗེས་སྤྱ་ས་གཡོས་དང་མེ་འཁོར་གྱིས་ཞིག་པ་  
 ལས་དབྱར་དགུན་ཆོས་ཆོགས་ཆེན་མོར་དགོན་གྲ་ནམས་  
 ལྟན་ཅིག་འཆོགས་ཡུལ་དང་བླ་མའི་བྱང་ཁང་དགོན་ས་  
 བཟ་འཁོས་ཆོས་རྫོང་རམ། མཁར་ས་སྟོང་ཞེས་དབྱེན་  
 འདུམ་དགོན་འདི་འབྱུང་སའི་ཨ་མ་དེ་བཟུང་། ཉེ་སྟོན་གྱི་  
 མངའ་རིས་པལ་ཆེར་ཆོས་ལུགས་དང་འདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་



གཅིག་སྤྱད་གྱིས་དབང་བསྐྱུས། ག་ཤེགས་རྗེས་བྱ་སྒྲོབ་  
 གཙོ་བོ་དང་། གཉིར་ཕྱག་མཛོད་གྱིས་དགོན་བདག་སྤྱད་  
 འཛོན་བྱས་འཁོར་སྐྱུལ་སྐྱུ་བཙུལ། དེའི་སྒྱུ་སྤྱད་གཉིས་པ་  
 དག་དབང་བསྐྱེད་ནམས་ལྷན་གྲུབ་གྱིས་སྒྱུ་ལོ་༡༤༥༥  
 ལོར་བྱ་དགོན་བ་ཤད་སྐྱབ་ཆེས་འཁོར་གྱི་དགོན་ས་  
 བཅའ་ཅིང་གྲ་ཆོགས་མང་པོ་འདུས། སྐྱུ་ཕྱེད་གསུམ་པ་  
 དག་དབང་ཚུལ་བྲིམས་ལེགས་གྲུབ་ཚུང་དུས་ནས་  
 ག་ཤེགས་གྲུང་གདུང་བཞུས་པར་དབྱ་སྒྲུང་རིང་བསྐྱེལ་གྱི་  
 ཡུང་པོར་གྱུར་ཅིས་ངོ་མཚར་དུ་འཛོན་པ་དེད་ནས་གྲུང་  
 མཐོང་ཕྱོད་། སྐྱུ་ཕྱེད་བཞི་པ་སྒྲོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་ལ་གོང་མ་  
 ཁང་འཁོས་ནི་མེན་ཅན་ཅི་ཐོག་ཕྱུའི་གོ་མིང་གནང་བ་དང་  
 འབྲེལ། དེས་པར་བདག་ཏུ་བཟུང་བའི་ས་སྤྱོད་གཞན་ནས་  
 བརྟམས་གཙོར་འབྲེག་བཙུམ་མི་ཆོག་པའི་གསེར་ཡིག་སྐྱུལ་



ནས་སྤྱིད་དབང་སྤྱ་བརྟན་ཇོང་སྒྲི་སྒྲིར་བཅན་ཞིག་ཏུ་  
 ཆགས། དེ་ནས་བརྩམས་པུག་ཡུལ་ཆོས་སྤྱིད་དབང་ཆ་  
 ཁོང་སྒྲི་སྒྲུལ་ན་རིམ་ལ་ཡོད་པ་སྒྲིས་མེད་ཁར། སྒྲི་ཕྱིང་  
 ཏུག་པ་རྒྱ་བོད་དབྱིངས་སའི་བཀའ་འབྲེལ་གོར་ཤའི་  
 གཡུལ་བརྒྱེག་དཔུང་སྤྱིའི་རུ་འཛོན་རུ་ཕེབས་དགོས་  
 སོགས་དམིགས་བསལ་ཅན་ཡུད། ཇི་ཡང་གིས་གཙོ་བོར་  
 ཆོས་ལུགས་མཛོད་སྒྲི་འབར་ཞིག་ལས་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་  
 འཛོན་གྱི་སྒྲིལ་མེད། གསེར་ཐམ་དང་། བོད་ཇི་རིམ་བྱོན་  
 ནས་གནང་བའི་ཐམ་ཀ་རིགས་ཆེ་བ་རྣམས་གན་རུ་ཉར་  
 ཚགས་གྱིས་སྒྲུག་དམ་འཁོད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཞུ་རའི་  
 རིགས་ལ་མཛོད་པས་མོས་མཐུན་བེན་ཇིས་དང་། དེ་སྒྲུང་  
 ཅུ་ཆོག་མཁན་སྒྲིབ་བསྒྲི་འཇུ་སོགས་ལ་འབེབས་པ་  
 ལས་རྒྱན་རུ་མི་འདོན། སྒྲུབས་འགར་གསོལ་གཟིམ་



མེགས་ནས་ཉུ་ནན་མི་ལྟོག་པའི་འཕུལ་སྐྱོད་འབྱེད་ལན་  
 དམ་ཕྱག་པབ་པའི་བྲལ་ཆག་མེགས་གྱི་བཀའ་འཁོག་མི་  
 ཉུང་བ་ཡོང་བ་དཔོན་རིགས་མི་དམངས་བཅས་ནས་དད་  
 འདུན་གྱིས་བཙུ་འཛིན་ཉུ་བ་ཅམ་ལས་ལོ་འགས་ནས་  
 བཀའ་ཞིབ་གྱིས་མཛོད་པས་ཕྱིར་བསྐྱུ་དགོངས་སངས་  
 སེལ་བཅགས་བྱེད། སྤྱིད་འཛོན་ཕྱག་མཛོད་ནི། སྤྱི་པན་  
 ལམ་ལྷགས་སྤྱི་ཆོགས་བྱུང་ཇི་དྲུག་པའི་སྐབས་ལེགས་  
 བཅས་མཛོད་པ་སྤྱི་མ་འཕོ་འདས་བྱུང་ན་ནང་ཁྱལ་སྤྱི་  
 དཔོན་ཁག་གི་བྱ་བརྒྱད་སེར་མོ་བ་དང་། ལྷ་བྱང་ཁག་ཆེ་  
 གས་གྱི་སྤྱལ་སྤྱི་བཅས་མངའ་འབངས་མི་སེར་ནས་འོས་  
 ཐོ་བསྐྱུས་ཏེ་འོས་འཁོག་གང་མང་དང་ཕོར་བཞོད་པའི་  
 འོས་སྟན་ཐོད་བཞུགས་ཨོ་བན་བཞུགས་ཆེ་རྒྱ་ཐོད་ལྟན་  
 རྒྱས་དང་། དེ་མིན་རྒྱ་ལའམ་སྤྱིད་སྤྱོད་གིས་ཕྱག་ཏུགས་



སྤྱུང་ཕབ་ནས་འཛོན་སྒྲེལ་ཞིབ་གསལ་ལྟར་དང་། ཟླ་བའ་  
 ཆེ་ཁག་ནི་དེ་སྒྲོན་སྒྲི་མཛོད་འཛོན་སྒྲུང་སྒྲེ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་  
 སྒྲུལ་དང་འདྲ་བར་བཟུང་། བྲལ་བསྒྲུ་བྲིམས་གཏོང་  
 སོགས་སྤྱིད་ཀྱི་བྱེད་སྒྲོ་ཕལ་ཆེ་མཛོད་པ་དང་། དེས་  
 བསྒྲེས་པའི་དྲུང་ཆེ། མགོན་གཉེར་གསུམ་ལྟན་འཛུམས་  
 ཀྱིས་བྱེད་ཅིང་མཛོད་པ་ནི་སྤྱིད་སྒྲུང་དང་། གཞན་གཉིས་  
 བཀའ་འགག་ལྟ་བུ་དེ་རྒྱལ་སྒྲོན་གསུམ་བེད། མཁན་ཆེ་  
 དང་དབྱིབས་མཚུངས་གསལ་གཟིམས་མཆོད་པ་རིམ་  
 བཞི་དང་འདྲ་བ་ལྟེ་འཆང་ཁག གཟིམས་འགག་དྲུང་  
 གཉེར་ལས་ཚན་པ་སོགས་སྒྲོན་བོད་ས་གནས་སྤྱིད་  
 གཞུང་ལ་ལད་མེ་བྱས་པ་ཡིད། ཡིག་ཚང་དྲུང་མགོན། ལྟེ་  
 དྲུང་སྤྱུ་ལོས། གཞུང་ནང་རེས་བསྒྲོར་བ། བྲལ་བསྒྲུ་ལས་  
 ཁུངས་དངོས་མ་བུའི་ཕྱག་ཁང་དང་གཉེར་ཁང་ཁག་



བཞིར་གཙོ་འཛིན་ལྟེ་འཆང་གཉིས་གསུམ་ཅི་རིགས་དང་།  
 ལས་བྱ་དུང་ཡིག་གཉིར་པ། ཕྱག་ཁང་ནང་ཟན། གཞུང་  
 གཡོག་ནང་ཟན། ནང་དགྲུས་མང་པོ་བཅས། རྒྱས་ཁག་ས་  
 གནས་སུ། ཉ་ཟམ་དང་། ས་ཞིབ་རྩོན་འཛོལ་དཔོན་ཞེས་  
 རྒྱས་གྲང་དང་འདྲ་བ་རེ་དང་། ་ལྟང་ཁག་ཆེ་བར་བྱིས་  
 དུང་་༠༠་སྟོར་དང་། རྒྱང་བ་༤༠་ཡོད་པར་ཡུལ་པའི་  
 འགོ་བྱེད་ལ་འགོ་པ་དང་། འབྲོག་པའི་འགོ་བྱེད་རྗེས་པ་བྱ་  
 དགོན་འགོ་རྗེས་ཆེ་བར་ལག་བདེ་ཞེས་པ་ཞིག་འཕར་  
 རྩོན་་ལྟང་གྲང་དང་འདྲ་བ་རེ་བསྟོས་ཉི་ཤུ་ལ་བྱིས་ས་  
 གཞོན་སྤྱད་གྱི་རྒྱགས་བྱི་བྱེད་ཅིང་པལ་ཆེར་དཔོན་ཁག་  
 ལས་ཚན་དང་། ལྷ་བྲང་ཆེ་ཁག་ནས་འཛིན། ཕྱིས་སུ་མི་  
 དམངས་ནས་ཞུ་འབུལ་བཞེན་དང་པོ་བྱ་དགོན་གྱི་ལག་  
 བདེ་ཁ་་ལས་མི་དགོས་པ་དང་། ས་ཞིབ་སྐབས་འགོ་རྗེས་



མི་དགོས་པའི་ཚུལ་བྱས་ཀྱང་རྒན་པོ་ཞིས་པ་ཞིག་གསར་  
 བསྐྱེས་གང་ལྟར་སྒྲར་ལུགས་ལ་སྐྱུལ་བསྐྱོད་མ་བྱུང་།  
 ལས་བྱེད་པ་སེར་མོ་བ་དང་སྐྱུལ་སྐྱུའི་རིགས་ལྟར། གམ་  
 བཅར་གྱ་ཚང་ལ་འགོ་འཛིན་ཟུར་ཡོད་མཛོད་པས་ཐད་  
 ཀར་སྒྲིག་གཞོན་བཅས་ལས་དེ་བྱིངས་མ་བྱ་དགོན་པ་  
 གཉིས་སུ་སྒྲིག་ཡོད་གྱ་བཙུན་ནམས་གྱི་འགོ་འཛིན་ཟླ་མ་  
 ཁྱིེ་པ་དང་། དེ་འོག་མ་དགོན་མཁན་པོ། སྐྱགས་རྒྱན་པ་  
 དང་ཐོབ་མཚུངས་བྱ་དགོན་གྱ་ལུག་སྒྲོབ་དཔོན། དབྱ་  
 མཛོད་དང་། དག་བསྐྱེས། ཆབ་གདམས་པ་དེ། བསྐྱུས་གྱ་  
 དག་བསྐྱེས། སྐྱེ་སོ་ཁག དགོན་རྒྱུ་སེ་སེར་ཡང་འགོ་  
 རྒྱུ་དང་གྱ་མང་བྱན་མོང་གིས་བསྐྱེས་པའི་ཟླ་མགོ། སྐྱེ་མི།  
 ལེ་རྒྱགས་གྱི་དག་བསྐྱེས། ལྷེ་འཆང་དང་ཐོབ་འདྲ་གྱ་ཚང་  
 སྒྲོབ་དཔོན་དང་དེ་འོག་ལེ་རེའི་དག་བསྐྱེས། རྒྱན་གཏན་



དབུ་མཛོད། ཆབ་རིལ། ལས་ཚན་དང་ཐོབ་མཚུངས་གྲ་  
 གཉེར་སོགས་འཕར་སྤྲད་དང་ཆ་འདྲ་བ་ཏུ་ཅང་མང། དེ་  
 ལས་ཕྱག་མཛོད་དང་དྲུ་མགོན། གསོལ་གཟིམས་མཛོད་  
 གསུམ། སྒྲ་མ་བྲི་བ་བཅས་སྒྲ་བྲང་ཁག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུ་གོ་ལོ་  
 མཛོད་པའི་མིག་སྒྲར་བབས་པ་ཡོད་ན་བསྒྲེ་འཐེན་དང་།  
 དེ་མིན་དེ་དག་དང་ལྡེ་འཆང་དྲུ་གཉེར་སོགས་དཔེན་  
 ཚང་ཆེ་གས་གཙོར་བཟུང་མཛོད་པར་འཆངས་པའི་འབྱེར་  
 ལྡན་མི་དྲག་ཁག་ནས་འཛོན་ཅིང་སྡེ་དཔེན་ཁག་ནམས་  
 སན་ཚུན་ཉེ་ནང་གིས་འབྲེལ་བས་གཅིག་རྒྱབ་གཅིག་འཛོ་  
 གཅིག་ངོ་གཉིས་སྤྲད་སྤྲོད་འབྱེར་གྱི་རེ་འདུན་གང་ཅི་བྱ་  
 ཡིས་པ་ལ་ཞུ་དར་འབྲུལ་ཚུལ་ཁོ་ན་ཡིན། སྒྲ་བྲང་ཆེ་ཁག་  
 ལ་བྱས་ངེས་ཡིན་ཚུལ་ཞུ་སྒྲིན་བྱུང་བའི་འགོ་ངེས་ཡོད་ན་  
 དེའི་ཁོངས་གཉོགས་ཡུལ་དགོན་མི་སེར་བཅས་ལ་དབང་



བསྐྱར་སྒྲོམ་མེད་ལས། སྐྱལ་སྐྱེ་དེ་བྲག་ཐུའི་ལས་བྱེད་མིན་  
 བྱིན་ཐུ་བྱང་སེ་སེའི་གཞིས་ཁང་། འཕེ་མ་བསྐྱེ་ར་བདག་ཐོབ་  
 འཛིན་སྐྱོང་ཅམ་ལས་དགོན་པ་དང་མི་སེར་གཞན་ལ་ཉེ་ག་  
 ཞིབ་དབང་ནུས་མེད། གཞུང་བསྐྱོམ་མཁན་སྐྱགས་སྐྱོབ་  
 དཔོན་དབུ་མཛོད་དགེ་བསྐྱོམ་གསར་པ་པལ་ཆེར་དགོན་  
 པའི་ལས་སྒྲེ་ནས་འོས་ཐོ་བསྐྱས་པའི་མཛོད་པ་ཅན་  
 ། སྐྱུ་གྲོས་བསྐྱར་སྐྱར་མེས་གྱི་མིང་ཐོག་སྐྱག་དམ་  
 འཕེབས། འགོ་རྒྱུ་ཞེས་པ་མི་དམངས་འཆོ་སྐྱོང་མཁན་  
 ཡིན་དགོས་ཀྱང་དང་རྩལ་དེ་ལས་ལྟོག་སྒྲེ་བྲལ་བྲིམས་  
 འགོ་ཡུད་བྱེད་པོར་སྐྱེ་བསྐྱགས་ཐོག་ཞར་དུ་བཙོར་གཞོན་  
 བྱས་པའི་རྩལ་བྲག་བ་འབབ་ཏུ་བཙུམ་ནས་ཐུ་དཔོན་ཁག་  
 ལ་བྱས་རྒྱུ་དང་། འཆོ་བཞེན་པོགས་ཐོབ་སྐྱོང་པ་སོགས་  
 དམིགས་ཡུལ་ལས་སྐྱངས་འགོ་ཏུ་བ་འཕལ་ཡིན་པ་མ་



ཟད། མངའ་ཐོག་ནས་བདེ་སྤྱད་ཁ་མཆུ་ཞུ་བ་བྱུང་ན་དེའི་  
 འདྲི་ཅུང་བྱེད་པོའང་ཟ་འབབ་ཏུ་བཅུས་ཏེ་མཛོད་པས་  
 སྤྲུམ་མེས་ལས་བྱེད་ལ་ཞིབ་རྒྱ་སྤྱོད། བོད་ཕྱོགས་སྡེ་དཔོན་  
 ཁག་གི་ནང་ཟན་ཞེས་པ་ཆོ་གཡོག་ཐ་སྤྱད་ཅིག་ཡིན་  
 འདུག་གྱུང་། ཐུག་སྒྲུའི་གཉེར་ཁང་ནང་ཟན་དང་གཞུང་  
 གཡོག་ནང་ཟན། ཕྱག་ཁང་ནང་ཟན་བཅས་ནི་སྒྲ་འབང་  
 བར་ནས་འབབ་ཡོང་བར་ཟེས་བྱེད་མཁན་དཔོན་རིགས་  
 གས་ཡིན་ཞིང་། ལྷག་པར་དུང་དཀྱུས་དང་ཕྱག་ནང་ནི་  
 དུང་གཉེར་སོགས་དཔོན་གནས་གོང་མར་འགོ་བའི་ཐེམ་  
 སྒྲས་འཁོག་གྱུང་ཡིན། མཛོད་པར་བར་སྒྲབས་ཡུལ་བྱ་དང་  
 མཁར་འགོའི་རིང་དུན་འཕྱུལ་གྱིས་ཕྱི་འོད་གསེལ་ཐབ་  
 པ་བརྒྱད། གསེལ་དཔོན་བཅས་ཀྱི་ཟ་ཁ་བཀག་སྡེ་གཉེར་  
 ཁང་ནས་ཐད་ཀར་ལོ་ལྟར་འབྱུལ་ཁལ་སྤྱོད་ཕྱག་ལོངས་པ་



གླེང་ནས་བྲུངས་འདུག་པ་མ་གཏོགས། སྒྲ་ཡན་གསེལ་  
 ཐབ་ནས་གཞུང་གཏོང་དང་། ཟུར་དུ་ཙམ་དོད་འབྱུ་ཁལ་  
 ༤༠ཐོག་འགོ་ཁྲིམ་ཆེ་བ་ལྟ་སྒྲུང་ཡུལ་འཐོག་སྒྲུ་གླེང་ཞོར་  
 སྒྲིང་། ལས་ཆོན་འགོ་ཁྲིམ་ཕྱོགས་ཐེབས་མེད་གས་ལ་ལོ་  
 ཉུར་ཕྱོགས་འབབ་འབྱུ་ཁལ་༤༠ཡས་མས་༩་ལྟ་ཐུག་  
 དུག་གི་དོད་ཐུན་བུ་བཅས་ཡིན་ནའང་། སྒྲི་མཛོད་མགོན་  
 དུང་། ལྷེ་འཆང་དབང་འཁྱུགས་ཆེ་བ་གཉིན་འབྲེལ་ནམས་  
 ནས་བྲེ་བྲང་གཞུང་ལ་འབྱུ་ཁལ་༡༠༠༠བཟུལ་བ་དཀར་  
 བསྒྲི་གསེལ་རས་ཞུ་བའམ། བྲལ་སྒྲུང་སྒྲེ་མོར་ཞུ་འཆངས་  
 གླེང་ཐོས་སྒྲུ་སྒྲིང་པ་དང་། ཆོང་ལས་པར་ཞུ་འཆངས་ཆོང་  
 ཕྱིས་མི་རྒྱགས་པའམ། རྒྱགས་པའི་ཕྱིས་ཆད་གན་འཛིན་  
 དེབ་སྒྲམ་དུ་གས་པ་དང་། ཐུག་གཉིར་འགོ་འཛིན་སྒྲེ་  
 འཆང་ནས་མཛོད་བྲེལ་ལ་བསྒྲུང་ལོ་རེའི་ཕྱིས་རྒྱགས་



འགྲུངས་བཞག་གཏོང་ཡོང་ཡིག་རིགས་རྟོག་འཛིངས་གྱི་  
 ཟུམ་འགོ་འཛོ་དགའ་ཆེད་བཟེས་སྡེ་ཐོག་ནས་འབྱུ་ཁལ་  
 ཁྱི་ཕྱག་བཞུལ་བ་བསྐྱུས་རིགས་སུམ་ཆ་ཆོད་ཐོས་གྱུང་  
 ཆོག་པ་སོགས། སེ་སེའི་ཕོགས་ཐོབ་ལས་བརྒྱ་འགྱུར་  
 གྱིས་ལྷག་པའི་བར་ཐོས་གྱི་ངང་ཚུལ། རྫོང་སྒོ་གཞན་ལ་  
 མང་པོ་ཡོང་དགའི་ལམ་ལྷགས་ངན་རྒྱལ་ཞིག་གྱུང་ཡོད།  
 འབངས་མེའི་གནས་ཚུལ་ལ་མཆོན་ན་བྲག་བླ་ནང་གཞུང་  
 མངའ་རིས་ཆང་མའི་ས་མི་སྡེ་བདག་ཡིན་ཞེས་ས་ཞིང་  
 ཡོངས་རྫོགས་སྡོན་གྱི་བྲག་བླས་བདག་སྟེ། མི་དམངས་  
 རྣམས་ལ་མཐར་ཐུག་དབང་ངེས་སེན་གྱི་ཅམ་ཡོད་ཁོངས་  
 མི་འཛོག་ཁར། ཞིང་གཡོག་མི་དམངས་རྣམས་གྱི་རང་  
 ལྷས་གྱུང་མི་བདག་བྲག་བླས་དབང་ཚུལ་བཀའ་ངེ་གནང་  
 བསྐྱབ་དགོས་འདོད། མི་དམངས་རྣམས་ལ་དོན་རྒྱུན་ཕྱན་



བྱར་བསྐྱད་བཀྱགས་མཛོད་པ། མགོན་པོ་འཕྲུལ་གསལ་  
 གཟིམས་མཛོད་་དྲུག་ལྔ་ཡུལ་འཕྲུལ་གསལ་གཟིམས་  
 རང་། ཏ་ཟམ་འགོ་གན་ཡན་ནས་བཙོན་འཇུག་ཏ་ལྷག་  
 གཞུ་བ། མིག་འབྲས་འདོན་པ། གོ་བྱམ་གྱིས་རྒྱུ་འཕེན་པ་  
 སོགས་ཁྲིམས་གཙོད་ཅི་རིགས་གཙོད་པ་དང་། རྒྱལ་  
 རིགས་ས་ཐོགས་གྲ་ལེགས་སོན་་ལྷན་པ་འབྲུ་ཁལ་བྲི་  
 རྒྱག་མང་ལོན། ས་གནས་ཁག་མང་གི་རྩ་འཁོར་། མངའ་  
 བདག་ཚོས་མཚམས་ཚོགས་གཏང་མེད་དུ་སྒྲུང་པའི་ལམ་  
 ཡིག་ནང་གསལ་བ་དང་མ་གསལ་བའི་གྲ་མེད་ཏ་ཁལ་  
 མི་་འགྲི་སྒྲུལ་འདྲན་ཨར་ལས། དམག་བསྐྱལ་བཅས་ཀྱི་  
 རྒྱུ་འགོ་ལག་འདོན་ཁལ་རིགས་འཆར་ཅན་ཐེག་དགའི་  
 ཐོག་སྒྲུ་དག་ཚོས་དགྲ་འདུལ་གཏོན་སྒྲིང་བྱ་ཐལ་གྱུར་ཏི་  
 མདོ་སྒྲི་སོགས་སར་གྱོད་ཐུག་པའི་ཞུ་ཇས་དང་། འོ་སྒྲག་



རྒྱུན་པེ་འབྱེད་པ། བག་མེད་རྒྱས་སྒྲེས་ཚུད་ཟེས་ལ་བཏང་  
 བས་ལག་འཕྲེག་ནམ་བུ་གཙོ་བོ་དྲག་ནང་པན་ཚུན་གཅིག་  
 རོ་གཉིས་སྤྱད་གཞུང་ཇེས་སྟེར་བྱེན་གཡར་བསྐྱེ་ལག་སྤྱ་  
 རིང་རབ་ཐོབ་སེགས་གོང་བ་འད་ལྟར་ལ་བཏེན་གཞུང་  
 སྤྱད་ཁྲལ་རིགས་རི་བོ་དང་རྒྱ་མཚོ་འདྲ་བས་མ་འདྲེངས་  
 མཁེ་དགོས་ཆེ་བ་བུང་མཚམས་སེན་ཁྲལ་གྱི་ལྷ་ཟུར་བཅུ་  
 ཟུར་སེགས་མིང་འདྲེགས་སྒྲ་ཚོགས་གྱིས་ཁྲལ་འཕར་  
 བསྐྱེ་འདྲ། མི་གསེད་བུང་ཆེ་པེ་རབ་དག་ཚན་བཅོ་བརྒྱད་  
 དང་། ཐ་མར་དག་ཚན་གཅིག་ཅེས་མངའ་བདག་ཆེ་གས་  
 པེ་རབ་དང་། ངལ་རྩྱལ་པ་དབུལ་པེ་མི་ཐ་ཞིག་ཏུ་བརྩི་བ་  
 བཅས་ཀྱི་ཉ་ཏུ་མ་རབས་ངན་སྦྱོང་གྱི་ཁྲིམས་སྤྲེལ། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱ་རྒྱག་པ་ལའང་རབ་གྱི་བརྒྱས་ནོར་ལ་བརྒྱད་  
 འཇལ་རོ་དག་འཇལ་བཞི་རོ་ལྷ། སྦྱོན་ཁྲིད་ཚབ་གསུམ་



སེགས་རབ་འབྱེད་དབྱེ་བ་མ་ཟད། དེའང་ལྷགས་སྒྲིལ་  
 གཅིག་ཏུ་གནས་མིན་ཁ་མཚུའི་ཞུ་ཇུས་སྒྲིལ་བརྒྱ་དང་  
 ཉེས་ཆད་སྒྲོ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་འགོལ་བ་སེགས་གྱིས་ཏུ་  
 ཐུག་སྐྱེད་ལྟེན་བྱུན་སྒྲངས་ལོ་མང་རིམ་བསགས་བྲེལ་  
 མེདས་བཟོད་དགའི་ནང་ཁལ་འཁོར་ཏུ་ལྷེ་བའི་ཁར། སྒྲིན་  
 གྱི་བོད་ས་གནས་སྐྱེད་གཞུང་གི་དཔོན་དམག་པར་རྒྱུར་  
 འགྲོ་སྐྱོད་དང་། དམག་སྒྲར་སྒྲོ་འདེགས། དམག་ཕྱོགས་  
 སྒྲེལ་འདྲན་སེགས་གྱི་སྒྲུབས། ཞག་སྐྱོད་བྱེད་རིང་སྒྲ་བྲེ།  
 བྱིང་དམར། ཁྱི་གདན་གཟབས་འཕྱོར། ཐབ་ཆས། ཕྱི་འཁོར་  
 སེགས་རྒྱས་སྒྲོས་སྐྱོད་སྒྲིག་རང་མེད་གཞན་ཆོལ་དགོང་  
 མའི་ཞུན་མར་དང་བཅས་པའི་སྐྱོང་། ཏཱ་ལྷི་ཐབ་གཡོག་  
 ཐུད་མེད་མཛེས་མ། མཇལ་ཏེན་གསོལ་ཞབས་ཕྱོན་ཆེ།  
 ལམ་བསྐྱོད་ཏཱ་ཁལ་མི་རྒྱུང་བརྒྱ་སྐྱོང་མང་པོ་དངོས་



བསྐྱུལ་ལྷ་ཅི་ངེ་མེད་སྟོང་བད་ལམ་གསལ་སྟོས་མེད།  
 མཐོས་འཕར་གང་དྲན་འཕར་འགོལ། དེ་དག་གི་ཆོ་ཅ་  
 དངེས་བོར་བརྒྱག་རྒྱུ་ཐོས་སྟོན་འཁོར་ཏེ་ལྷ་འཆི་གོད་  
 སོགས་དངེས་གནས་ཐུར་རིགས་དང་། ཡ་ལ་ཡོབ་  
 འགོལ་སྒྲུང་བ་གང་འགར་རིན་སྟོན་བདེའ་འདོད། འབྲུ་  
 རིགས་སྟོལ་འདྲན་སྒྲུབས་ག་འཁོར་ཆད་ཁ་གསལ། ཕྱི་རྒྱལ་  
 དང་བོད་ཐོན་དངེས་ཐོག་རྒྱུ་ཅག་མང་པོ་མཁེ་མིན་ལ་  
 མ་ལྟོས་པར་མི་སེར་ལ་བཅོན་སྒྲུང་གྱིས་རིན་པ་འབྲུ་མར་  
 གནག་ཕྱགས་བལ་དང་ལོ་ལྷགས་སྟོན་རྩེ་རིགས་  
 སོགས་སྟོང་དགོས་ཐོག་བསྐྱར་ཏེ། མ་རྩེ་སྐུམ་ལྷུ་བ་ནས་  
 བཅུ་ལྷུ་བ་བར་བསྐྱུ་ལེན། དེ་དག་གི་རྒྱུ་བར་ནས། ཏེ་བམ་  
 གན་པོ། མི་ངན་ཡུལ་གྱི་ག་འཁོར་མ་དག་གིས་རྒྱུང་མ་སོང་  
 སོང་རྩྱལ་བར་ཐོས་ཁོ་ནའང་བབྱང་གིས་མི་ལང་བ་དང་།



སྒྲོན་བོད་མདོ་སྒྲིམ་རྫོང་སྒྲོ་ཁག་ལ་ཕྱེད་རིན་ཅམ་ཡང་  
 མེད་པའི་འདོན་འབྲུ་ཁལ་སྒྲོང་ཕྱག་མང་པོ་འགེལ་བཞེད་  
 མི་དམངས་ལ་འགྲེམས་དགོས་གཤེད་ཁྱད་ཆེན་པོ་དང་  
 བཅས་པའི་ཐོག་ རིན་འབབ་སྒྲེ་སེལ་སྦྱད་པ་དག་ཁྱད་  
 ཆབ་མདོར་རིན་པ་ཞུ་འགྲོའི་དཔོན་རིགས་ནས་སྦྱོད་པ། ཕྱི་  
 རང་དྲག་བཙན་དཔོན་ངན་ཆོའི་ཡིད་བབས་ཏེ་དེལ་གཟེ་  
 ཕྱར་གསེར་དངུལ་རྒྱན་ཆ་སོགས་ཁྱད་ཅོར་མཐོང་ཆོ་བྱིད་  
 སྒྲིག་ཅི་རིགས་གྱིས་རིན་ཕྱེད་དམ། རིན་སྒྲེ་སེལ། ཐ་ན་  
 རིན་མེད་དུ་འཕྲོག་པ། ཐུག་ཟུ་གཞུང་དང་སྒྲེར་ནས་དེའི་  
 ཁ་ཁྱར་བོད་སྦྱིད་གཞུང་གི་དཔོན་ངན་དག་ལ་ངོ་དགའི་  
 མངལ་ཏེན་དང་ཞུ་ཏེན། སྦྱོད་རྫས་སོགས་ལ་ངོས་འབྱུལ་  
 དང་། རྫས་སྦྱོད་བྱ་དན་འཛོན་གསལ་འབྲུ་ཁལ་སྒྲོང་ཕྱག་  
 མང་པོ་བསྐྱུལ་བའི་གུན་གསལ་བྲལ་འཕར། ཏེ་བམ་རྒྱས་



ཁབ་མེ་མེར་གཞུང་བྱ་ག་དཔེན་ངན་ཚོ་འགྲོ་སྡོད་དང་། དེ་  
 དག་གིས་བཏང་བའི་ལམ་ཡིག་ནང་གསལ། ཏྲ་ཁལ་མི་  
 ཡག་ཏེང་ཚོག་ཨང་སར་བྱད་ལེན་བྱེད་མཁན་རགས་  
 ཕྱིས་མངའ་ཁོངས་དུད་ཚང་རེས་ཏྲ་ཁལ་ཏྲ་མི་རེ་བཅས་  
 ལེ་བྱེད་སྐྱེ་ག་སྡོད་བརྟུན་གསེག་རང་ཁོངས་དུད་ཚང་  
 འགའ་སྡོད་མ་ཚུགས་ཀྱི་ཁ་མཚུ་རྒྱག་རེས་སྐབས་རྒྱལ་རེ་  
 དམ་དེགས་ཀྱི་ཞུ་ཏེན་སྒྲིག་བརྟུན་དང་བྲིམས་འདེགས།  
 ཞུ་ཁུངས་ནས་ཐོན་པའི་བྲིམས་འགའ་བྱས་ཏེས་སྒྲོ་ཡུལ་  
 ལས་འདས་པ་འཁོར་བ་ཡོང་རྒྱུན་ཁ་མཚུ་ཐེངས་རེ་བྱུག་  
 ཕྱིན་ཕྱུག་དུད་ཡིན་ཡང་བྱ་ལེན་ཡོར་ཆེས་ནོན་པའི་སྤྱང་  
 པོར་འགྲོ་བ། མདོར་ན་མངའ་བདག་ཁབ་གི་དགོས་མཁོ་  
 ནམ་བུང་རྟང་འགྲོ་ལག་འདོན་བྲལ་རེགས་གང་ས་ཅི་ཐད་  
 རང་དབང་ངམ། ལྷ་བྱང་ལ་ཞུས་འདོན་སྒྲོ་ནས་སྐུལ་འདོད་



བྱ་རྒྱུང་གིས་རྒྱུན། ངལ་ཕྱོལ་པ་ནམས་བྲེལ་ཞིང་ཕོངས་  
 དས་ས་ཞིང་པལ་ཆེར་ཐང་ཆོད་དུ་ལྷུས། རང་ཡུལ་མ་  
 ཆགས་ཕྱི་རྒྱལ་དང་ཞིང་ཆེན་གཞན། དབུས་གཙང་དྲགས་  
 གོང་སེགས་སུ་བྲོས་ཕྱིན་ཁལ་དུ་སུམ་གཉིས་སྒྲོར་བྱག་  
 སྒྲོང་དང་། ཡུལ་འབྱར་སྤང་པོ་དག་ལའང་ས་གནས་སོ་  
 སོར་མི་སེར་འགོ་པ་དང་དེའི་ངོ་ཚབ་ཆེད་བསྒྲེས། གསོ་  
 སྒྲོང་བྲེད་མཁན་པ་མ། མགོ་སྒྲེ་ལྷུས་བདག་པོ་བྲག་ལྗང་  
 ཞེས་རྒྱན་གཏམ་ན་བྱང་དུ་བསྐྱགས་ཏེ། མི་བོགས་གྲིས་  
 མཆོན་ཁལ་རིགས་སྤྱ་ཆོགས་འགོལ་བའོད་མ་ཟད་བྲོས་  
 པ་ཕུ་གུ་བཙས་པ་དག་གྱུང་རྒྱ་ནོར་དང་འདྲ་བར་བཙུས་  
 ནས་ཐོ་འགོད་གཞན་ཆོང་སྒྲེར་བྱིན་ཆོག་པ་དཔེར་ན།  
 ཡུལ་བྱ་བྱག་མཛོད་གྲིས། འབྲས་སྤངས་ཉག་རེ་ཁང་ཆོན་  
 གྲུ་པ་སྒྱུ་སར་བབས་པ་ནམས་ཁང་ཆོན་རང་ནས་མི་



བདག་སྤྱད་ཆོག་པའི་འཛིན་འཁོག་སྟེར་བ་ལྟ་བུ། ཁོངས་  
 མི་དེ་དག་འགྲོ་ཁྲིམ་བུ་ཕྱག་མེད་ཆོ་ཁ་དབང་ཡོངས་  
 རྒྱུགས་དང་། བརྒྱད་འཛིན་ཡོད་ཀྱང་ལྷས་ཆས་ཆ་ཚང་  
 ཐོག་མི་འགོས་འགྲིགས་སེང་མ་ཟེར་བར་རྒྱ་ནིར་ཕོན་ཆེ་  
 བསྟེ་ཉིན་ཡིན་ཚུལ་གྱིས་བསྟུ་ལེན་སོགས་རྒྱུ་ལྷན་  
 ནག་གཏུག་རྩུབ་སྒྲ་སྒྲིའི་གནས་ཚུལ་རགས་རིམ་མཆོན་པ་  
 ཅུམ་མོ། ། ལྷམ་ཅེན་གྲོང་གི་དགའ་ཚེལ་མངོས་སྤྱག་  
 མགོན། ། སྤྱ་ནས་ལྷོངས་འདིར་རང་བྱུང་མེས་ཕོས་བསྐྱས།  
 ། ལྷན་ཕོར་བཅས་པའི་ལྷག་ལྷས་འཛོལ་སྤྱད་དུ། ཟླ་བ་  
 ཡང་ཡང་བསྟོར་ནས་ཉལ་བས་ངལ། ། འག་ཁྱག་ཁོ་ན་  
 ཟུངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས། ། དཔག་བསམ་ལྷོན་འབྲས་དེ་  
 ལྷོར་མི་མཛེའ་ཞིང་། ། རང་ཁ་གཞན་འཛོས་གསོ་བའི་  
 གཙན་གཟན་བྱ། ། ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་ཟེའི་ལྷ་ངན་



ཐོབ། ། ངན་གཡོ་ཁབ་སྒྱུད་སྒྱུར་བ་ཡིས། ། མིང་ངན་ལྟན་  
 བ་དགུར་བཅུགས་པས། ། ཆེས་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱུང་གྲོན་པ་དེ།  
 ཉམས་ཞན་ཐག་གི་ལྗོངས་པར་སྤྱི། ། གཞི་ལྟན་ངལ་ཕྱི་ལ་  
 ལས་བོར་ཞིང་། ། སྒྲེ་གྲོས་རྒྱལ་ཡོང་མི་ལྟན་པར། ། བཙན་  
 གཞོན་སྒྱུར་ལེན་མཐོན་པའི་བྲིས། ། ཐ་ག་པ་ལྟར་འབྱུང་  
 ནམས་སྒྱུད། ། ཉམས་ཐག་སྤྱི་བའི་ལུས་སྒྲོག་ནོར། །  
 ཡོངས་བོས་རྒྱལ་སྤྱགས་མི་གཙང་ལྗོངས། ། ལོ་རྒྱུས་ངན་  
 སྤྱགས་བྲོན་པའི་གཏིང་། ། ལྗོགས་སྒྲོང་ཡི་ག་ལྗོག་པའི་རྒྱ།  
 ། འོན་ཀྱང་མཐོས་སྒྲན་ཏིག་ཏིའི་ཐང་། ། མིག་སེར་སྒྲན་དུ་  
 བསྟེན་བཅུས་ན། ། ལེགས་ཆོགས་སྒྲང་ཕྱིའི་རོ་བཅུད་གྱི། །  
 ཡུལ་དུ་བྱུང་བ་ལྟག་པར་ཏིགས། ། རང་ཉིད་གང་ནས་  
 ལྟགས་པ་ཡི། ། ལམ་དུ་ཕྱི་མིག་ཅིག་བྱས་པས། ། ད་  
 གདོད་ཉམ་ངའི་འཕྲང་འབྱུལ་གྱིས། ། བདེ་ཐང་སྒྲེབས་རུང་



ཕྱི་ལོ་ལྟར།



②ཕྱེ་བྲག་རིང་གྱིས་སྒྱི་མཛོད་དུ་ཅན་སྤྱིད་དབང་བཟུང་  
བའི་གནས་ཚུལ་དངོས།

དེའང་ཇི་སྒྲ་མ་སྒྲོ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་ལ་མེས་རྒྱལ་  
གོང་མས་ནི་མིན་ཅན་ཅི་ཐོག་ཕྱི་གོ་མིང་དང་འབྲེལ་བྲག་  
གཡབ་ས་སྒྲི་བཀའ་བཀོད་སྒྲིར་བདག་ཏུ་སྒྱལ་ནས་བཟུང་  
སྤྱིད་འཛོན་འཕྱིན་ལས་གྱི་བྱེད་པེ་མཛོད་པ་སྒྲི་ཁོངས་རིས་  
བཅད་མེར་དགོ་ཕུ་སྒྲིང་བཞི་ནས་རབ་བྱུང་སྒྲིམ་གཙང་གོ་  
ཕེར་རེ་བསྒྲོ་ལམ་འདུག་གྱུང་། རིམ་གྱིས་སྒྱི་རྒྱུང་ཁད་པའི་  
དུས་གྱི་རང་ག་ཤིས་ཕྱག་མཛོད་ནམས་ཆེ་འབྲན་དམ་  
ཆོག་མཐུན་མིན་དང་། དེ་དག་གི་ཕྱོགས་གཏོགས་མི་མེར་  
ནས་གྱུང་པ་ཆོན་རིས་བཅད་འབྲུག་ཕྱིད་རིམ་བྱུང་སྒྲི་བྱེད་  
དུག་པའི་སྒྲུབས་གོང་མ་རྩོམ་ཀང་དང་། བོད་སྒྲུབས་



མཁམ་གྱུ་མཆོ་མཆོད་ཡོན་གསེར་བཀའ་དགོངས་  
 དོན་སྦྱི་ལོ་༡༤༧༧མེ་ལྷག་ལ་བོད་མངགས་སྦྱ་ཚབ་ཆེའི་  
 གུང་ཐང་དང་། ས་དབང་བ་༡༥སྦྱ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་པོ་  
 གཉིས་གྱིས་བཀའ་ཞིབ་རྗེས་འབྲེལ་ཡུལ་ལྷང་པན་བདེའི་  
 སྦྱང་དུ་དཔོན་འགོ་མང་པོ་མིན་པའི་མཛོད་པ་གཅིག་ལ་  
 སྦྱི་བྱབ་ཅིས་པའི་མིང་འདོགས་གནང་བའི་ཐོག་མ་མཁར་  
 སྦྱང་གསེལ་དཔོན་སློ་བཟང་རྒྱལ་མཚན་སྦྱང་ཁྱིམ་བཀོད་  
 པ་མེ་ལྷག་ནས་རྒྱ་བྱེད་མཐོང་བར་ལོ་དེ་དྲུག་གོ ། ལོ་  
 དེའི་ཟླ་བ་དང་པོ་ནང་དེ་སྦྱོན་རྒྱ་བོད་ཞིབ་སམ་རྒྱངས་  
 འབྱུང་བཟོངས་པའི་ཉེས་ཅན་ནམས་ཕྱིར་ལོག་ངན་  
 ག་ཤོམ་དཔུང་སྦྱིལ་བེང་འབྱུག་བསྐྱངས་ཏེ་ཏེ་ཐོག་ཕྱར་  
 སྦྱེམས་བཀྱིགས་མཚོན་ཡུལ་གྱི་མདུང་ཇི་སྦྱོད་བཅའ་གུང་  
 མཚོན་མ་བཞེས་པའི་སྦྱོན་གྲགས་རྒྱལ་རྩ་ཕྱོགས་བཅུར་



ལྷིར་བ་ལས། མཛོད་གོང་གསལ་དང་མགོན་ལྷག་མེ་  
སེགས་རྒྱན་ལམ་དུ་སང་རོ།

ཕྱི་ལོར་འབའ་ཕོགས་དཔོན་ལྷང་དུ་ལོ་ཡེར་དང་།  
ཞབས་པད་བཟ་འགྲེ་འགྲེ་ཁང་སར་ཟུང་ཞིབ་དཔྱེད་དུ་  
ལྷགས་ཏེ་བྱེད་གཏེ་ལེ་ལཱེ་རྒྱུ་ཚང་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་ཡང་སྤྱོད་  
དང་བཅས་གྲ་ས་རྩ་བ་སྤྱོད་དུ་བྱེར་མི་ལྷོག་པའི་རྒྱུས་  
འབྱུང་དང་། ཉེས་ཅན་མང་པོ་འང་ཁྲག་སྦྱོར་མཐར་སྦྱོར་  
གྱིས་བདེ་འཇགས་བྱུང་བསྐྱུན་ཆ་བ་མ་ཏི་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་ལྷོ་བཟང་  
དཔལ་ལྷན་རྒྱ་མཚོར་སྦྱི་བྱུང་བསྐྱེས་པ་འགྲེ་བྱེ་བར་ལོ་རོ་  
བཅུ་གཉིས། བདག་གི་དགེ་ཆུང་སྐྱུ་ལྷ་སྐྱུ་དམ་པའི་གོང་མ་  
མགོན་ཁྱི་སྐྱུ་ལྷོ་བཟང་སྐྱུན་གྲགས་ནས་ས་འབྲུག་བར་  
ལོ་རོ་བཞི། དེ་སྤྱོད་ཉག་སྤྱོད་པ་མགོན་པོ་ནམ་རྒྱལ་ལམ་  
བུ་ལོང་མ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ། གོང་མ་མཚོར་ཡོན་གྱི་



བཀའ་དམ་ལ་མི་གནས་པར་སྡེ་དགོར་དཔུང་འཇུག་ཟིང་  
 འཇུག་གཞོན་འཛོལ་ཆེས་ཆེ་བར་གོང་མ་ཐུང་དྲི་ཁྲི་ལོ་  
 གཉིས་པ་རྒྱ་ཕག་ལོར་རྒྱ་བོད་དཔུང་གི་རྒྱབ་རོགས་བྲག་  
 གཡལ་པའི་ཡུལ་དམག་དཔུང་བྱ་རྒྱུ་སྟོང་ཕྲག་བཞི་ཡི་  
 འགོ་འཛིན་མགོན་ཁྲིས་མཛོད་ནས་བྱས་རྗེས་ཟལ་ཐོན་  
 བཞེན་མེ་ཡོས་ལོར་བོད་བཞུགས་ཨོ་བན་བརྒྱུད་སྟེ་མཛོད་  
 དེམ་འབྱེར་ལ་དུ་ཅན་གྱི་གོ་གནས་བརྒྱུད་འཛིན་ཆོག་པའི་  
 གསེར་བཀའ་སོན་ཏོ། དེ་ནས་ཕྱི་ལྷོ་འཆང་འབྲམ་ཐོག་སྟོ་  
 བཟང་བསྟན་འཛིན་གྱིས་རྒྱ་སྐུལ་བར་ལོ་ངོ་ཉེར་དྲུག་སོང་  
 མཚམས་རང་འབྲལ་དུས་གཟིར་མགོན་རྒྱལ་མཚན་བསྟན་  
 དར་གྱི་ཁ་དབང་ཕྱི་གཏོར་དགོན་དཔོན་སྡེ་འཕྱོག་ཕྱོགས་  
 གྱིས་ཀུན་ནས་ཚད་མར་འཛིན་པ་འདི་ཙམ་དུ་ཟད་སྐབས་  
 འབྲམ་རྗེ་གོང་གསལ་དགོངས་ཞུས་མ་བཞིས་འབྲུ་མེད་



རྒྱུ་ལ་འབྲེལ་བ་དེ་དང་ཞེ་དང་གེ་དང་མ་དག་དབང་དམ་ཆེས་སྒྱུ་  
 མཆོ་ཆེས་ལྷགས་བསྟེན་མཚམས་སྟོང་བཞིན་པ་ལས་  
 བཅན་བསྐྱངས་སྒྱུ་མཛོད་དུ་བསྒྲེས་པ་དེ་དང་བཅས་ལའི་  
 སྟོན་མ་མེ་བྱ་བར་ལའི་དེ་ལྟ་སྟེ། དེ་སྟོན་མཛོད་པར་ཞུ་  
 བྱིས་སེགས་ཀྱི་འབབ་སྒྲིལ་བྱུང་སྒྲེར་ནས་སྒྱུད་སྒྱུད་ལ།  
 འདི་དུས་གྲོན་ཐེབས་སྒྱུ་དེ་དུ་ལ་དེ་ཆོད་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་དེ་  
 ལག་བསྒྱུད་དུ་ཕྱིས་སྒྱུད་ཀྱི་ཁི་སྒྱུད་དང་ལྟ་སྒྱུད་ཡུལ་  
 འབྲེག་གིས་འགོ་རྒྱུས་ཞེས་སྒྱུད་། གསེལ་ཐབ་གཞུང་  
 གཏོང་གིས། དར་གཅིག་ཚུན་ཞུ་བྱིས་སེགས་འབབ་སྒྲིལ་གང་  
 བྱུང་གཞུང་གནས་སུ་འབུལ་དགོས་སྒྱུས་དཔྱད་བྱས་  
 གསལ་ཡང་ཡང་ལག་ལེན་འདེབས་མཁན་དེ་དང་གོང་འོག་  
 དང་། འབྲེག་སྒྲིལ་བ་གསུམ་ཅུ་ལ་ཟུང་དོ། དེ་མཚམས་  
 དག་དབང་དམ་ཆེས་སྒྱུ་མཆོའི་དགོ་ཕྱག་གནས་ལྟ་རིག་



ད་འབྲུག་སྣ་དུང་ཆེ་མཁུན་རབ་འཇམ་དབྱངས་གྱིས་  
 ལྷགས་བྱི་བར་ལེ་ངོ་བཞི། མགོན་གྲོང་རེ་མཁུན་རབ་དྲི་  
 མེད་གྱིས་ལྷགས་སྒྲང་ནས་འཁོར་སྒྱལ་བར་ལེ་ངོ་ལྷ། རྩེ་  
 བདུན་པའི་གསེལ་དཔོན་འབྲམ་ཐོག་ངག་དབང་རྒྱལ་  
 མཚན་གྱིས་འཁོར་སྒྲང་བར་ལེ་ངོ་ཉེར་གཅིག་སྟེ། འདྲིའི་  
 དུས་མ་བུའི་དགོན་པ་མེ་འཁོར་ཉམས་ཉེས་བུའི་དེ་ཐའི་  
 དུས་ཟེང་དེ་བུང་ངོ་། དེ་ནས་མངོས་བུའི་དུང་ཆེ་སྟོ་བཟང་  
 རྒྱལ་ཁྲིམས་གྱིས་སྤྱད་བསྐྱུངས་ལེ་བཞིར་སོན་བུ་དགོན་  
 བུམས་ཁང་ག་བེམས་རྒྱུ་དུ་ས་འབྲུག་ཟླ་༤ཆེས་  
 ༡༧སྟོན་འཁོར་ཅམ་ལ་ཞི་བར་ག་འཁོགས་སོ། ག་འཁོགས་  
 ནས་གྲང་མདེ་སྟེ་སྟོན་སྟོན་པར་བད་སྐྱར་རམ་སྟོན་སངས་  
 (འདྲི་གས་ལ་གས་ཆོག་བུ་འོས་མ་མཆིས་གྲང་གོ་བདེའི་  
 སྤྱད་བད་ཉིང་སྐྱར་མཆན་)དང་སྟེལ། རྒྱན་ནི་དགོན་



ཨྲ་སྐྱབས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ཚབ་གསར་འོས་ཐོ་བསྐྱ་  
 བཞེས་སྒྲོར་མངའ་ཁྱལ་འབྲས་མི་འདྲ་འཛམས་ཡུལ་དུས་  
 གང་འགབ་འགམ་ཐོག་རྩེ་ཟུར་དང་། རང་སེ་མགོན་གཉིད།  
 རྩེ་ལས་ལྷན་ནས་སྒྲོན་ཞུ་ཡུལ་བར། ཟུན་ནི་དགོན་སྡོད་  
 ཁང་གུ་དོག་བཞེན། བུ་དགོན་རང་དུ་ཕྱི་ནང་ལས་ཚན།  
 དགོན་ཁག་དང་མངའ་འབངས་སྡེ་འོག་གི་འབྲས་མི་  
 བསམ་ཡོད་འཕེས་ལྷན་འདྲ་ཚོགས་གོ་བསྐྱར་ཟབ་བསྐྱོད་  
 དགོས་ལྷགས་ཕེབས་པ་བཞེན་བསྐྱར་རྒྱག་གནས་ཚུལ་  
 དྲིལ་བསྐྱགས་མིང་ཐོའི་འོག་དྲིལ་ ༥༠༠སྒྲོར་བསྐྱས་པར་  
 མིང་ཡོད་བཅུ་ཙམ་དང་། དེའི་ནང་ནས་མང་བ་བསོད་ཟད་  
 ཁོ་བོ། རྩེས་སུ་སྐྱེ་མཛོད་བྱས་པ་ཡུལ་བུ་འཛིགས་མིང་  
 དབང་ལྡན། མཛོས་བཅུ་གླེ་བཟང་སྒྲོན་གྲགས། ཡབ་ཚང་  
 གཙུང་འབྲས་ཉག་དེའི་ཆོས་མཛོད་གླེ་བཟང་ཕྱིན་ལས་



བཅས་བྱུང་བར། དེ་དག་བཞི་ལས་བྲིམས་འདྲེས་ཆེ་  
 ཞིང་། ཡུལ་ལྟངས་བདེ་འཇགས་མངའ་འབངས་འཛོལ་སྐྱོང་  
 ཆེ་ལོ་ཡུན་བརྟན་འཕྲུལ་ཡུན་ལེགས་ལམ་སྤྱི་ཆེ་མོ་ལྷ་ཟན་  
 བསྐྱེལ་བྱ་རྒྱ་གྲོས་མཐུན་གོང་ཁྲི་དཔྱེན་འདུམ་ཕྱིར་ཕེབས་  
 ཟླ་བ་༡༡པའི་ཆེས་༡༠ནས་བཟུང་ཉིན་བདུན་རིང་ཆེས་  
 སྐྱོང་ལྷོག་ཏུ་གྲ་ཚང་གིས་གཟབ་གསོལ་ཆོགས་འཁོར་  
 བཅས་བྱུང་བསྐྱུན་ཟླ་སྤྱང་ལྷན་རྒྱས་ཐོག་མགོན་ཆེས་  
 སྐབས་ཐོ་ཞུ་འབུལ་སྐབས་ཁྲི་མཆོག་གིས་ལྷག་བསྐྱུར་ཟན་  
 རིལ་བསྐྱེལ་འདོན་གནང་བར་སྤྱི་སྒོས་བྱུང་ཆག་རྒྱུན་པས་  
 ཁོ་བོའི་མིང་བཅུག་སྤྲུག་རིལ་ཕྱི་ལ་དོན་པ་སྤྱོག་འཕྲུལ་ཁྲི་  
 བརྒྱད་པ་ཆེས་དཔྱེས་ལྷག་རྟེན་འཕགས་ཚད་མཛོད་སྒྲིང་  
 དེ་དཔོན་ཁག་ཆོ་ཉེ་ནང་གཅིག་རྒྱབ་གཅིག་འཛོལ་མངའ་  
 འབངས་བཙོར་གཞོན་གཞུང་གུང་སྒྲིང་ཞོམ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བར་



དེད་སྐྱུལ་སྐྱུ་དག་བ་ཤེས་རིན་པོ་ཆེར་སེང་སྐྱབས་ཕྱན་བྱ་  
 དྲག་པ་ཡོད་ན་དགོངས་སྦྱི་རྩིང་དགུན་དུས་གངས་གྱི་  
 ཡུལ་ན་གྱ་འཁྱུ་སྦྱོང་བྱར་འབྲས་བྱ་ང་ཇ་ཅམ་བཏགས་  
 དཔེ་རེ་བ་མཛད་པའོ། མི་རིང་བར་ཁོང་ནམ་པས་རྒྱ་ལ་  
 བཅུ་གསུམ་པ་ཆེན་པོར་སྟན་ཞུ་འདི་ལྟར། ལྟར་བཅས་  
 སོགས། གུས་འབངས་བྲག་གཡལ་བླ་བྱང་གི་ཕྱི་ནང་ལས་  
 བྱེད། ཆོས་སྡེ་མ་བུའི་ལས་སྡེ། རང་ཁོངས་མངའ་བུལ་མི་  
 སེར་འབྲས་མི་བཅས་ནས་ལྟ་ཕྱག་གངས་མེད་དང་བཅས་  
 ཏེ་གསེར་སྟན་བྱང་ཅམ་སྦྱོན་སྦྱིང་། གུས་ཆོའི་བླ་བྱང་གི་  
 སྦྱིང་གྱི་བྱེད་པོ་སྦྱི་བྱབ་དུ་ཏན་གསུམ་འོས་འཆར་འབུལ་ཞུ་  
 དོན་སྒྲེར་སྒྲར་སྦྱོལ་ལྟར་གུས་འབངས་བླ་བྱང་གི་ལས་  
 བྱེད་ནམས་དང་དགོན་ཡུལ་མི་སྣ་བསམ་པ་ཤེས་གཉིས་  
 ལྟན་ཆང་འཇོམས་མོལ་བསྐྱར་གྱིས་གཙོ་བོར་གནམ་



བསྐྱེས་གཞུང་ས་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་བསྐྱེན་སྤེལ་དང་། ཞི་  
 དྲག་དོན་གཅོད་ཕྱབས་རིགས་རྣམས་དང་བཅས་ལ་སྤྱི་  
 ཞུའི་ཞབས་འདེགས་འབྲུག་པ་ཞིག་དང་ཏེ་ཐོག་ཕྱུའི་  
 དགོངས་མཐུན་སྒྲ་བྲང་གི་ཆོས་སྤེལ་ལས་སྤྱིའི་འཆོ་འཛིན་  
 ཕྱི་ཞིང་། དགོན་འབངས་ཁྲལ་བྲིམས་གྱི་བྱ་བར་སྒྲང་  
 དོར་མཁས་པས་སྤྱི་སྟོམས་དྲང་བཞེད་འཆུན་འདོམས་  
 འཆོ་སྤྱོད་ཐུབ་ངེས་ཀྱི་ཞིག་དགོས་གལ་ཆེ་བར་སྤྱི་ཆོགས་  
 སྒྲོ་མཐུན་མེས་ཆེ་དང་། སྤྱོད་པ་ཇི་ཏེ་ཐོག་ཕྱུའི་དགོངས་  
 བབས་གཅིག་མཐུན་གྱིས་འོས་འཆར་གདོང་གོང་སྤྱལ་སྤྱི་  
 སྒྲོ་བཟང་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཆོ་ས་བྱི་རང་ལོ་ ༥༡ པ་དང་  
 ཡུལ་བྱ་དཔོན་ཚང་འཛིགས་མེད་དབང་ལྡན་རྒྱ་འབྲུག་  
 རང་ལོ་ ༥༢ མཛེས་བཅུ་དཔོན་ཚང་དྲུང་བྱུར་སྒྲོ་བཟང་  
 སྟན་གྲགས་རྒྱ་བྱ་རང་ལོ་ ༥༤ ཡབ་ཚང་སྤྱི་མཆེད་སྒྲོ་



བཟང་ཕྱིན་ལས་འཁོར་ལྷན་ག་རང་ལོ་༡༥ལོན་པ་བཅས་  
 རབ་བྱུང་དགེ་སྤྱོད་༡༩ལྷན་དེ་དག་ལྷན་གསུམ་གཉིས་འཁོར་  
 ཡོན་སོགས་གང་ནས་དྲག་རེ་ལགས་འཁོར་། ཆོ་བསོད་  
 ལས་དབང་གང་བཅོན་དང་། ལས་དོན་ལྷན་ལ་ཡུན་ལམ་  
 ལྷོངས་པན་རྒྱབས་སུ་ཆེ་ཞིག་ལ་བཙུང་ཆེན་ཡེ་འཁོར་གྱི་  
 དཔྱེངས་ནས་གཟིགས་པའི་ཕྱག་རྒྱའི་རེ་ཁྲུས་མཆོན་པ་  
 དང་ཆབས་ཅིག་ལྷན་གསུམ་གཉིས་བྱེད་སྒྲུབ་བཀའ་འདོམས་  
 ལག་བྱེད་རིན་པོ་ཆེ་ལ་སྒྱེ་བའི་མཛེས་རྒྱན་དུ་སྒྲེལ་གནང་  
 ཞུ་རྒྱུ་བཅས་ནམ་མཁུན་སོགས་དང་། སྒྱབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་  
 ནས་ནང་སྟོན། ལྷན་བཅས་སོགས། གུས་པ་བྲག་གཡལ་  
 ཅི་ཐོག་ཕུ་སྒྲེལ་མིང་པས་ཕྱག་བཅས་ཞུ་གསེལ་འདེབས་  
 སྟོང་། ཁུལ་འདིར་བྲིམས་སྟོང་ལ་ཁུར་ལེན་བྱེད་པའི་སྒྱེ་བྱུང་  
 དུར་ཅན་ཆོབ་གསལ་འཕྲོ་འཆར་ཞུ་དགོས་སྟོར་འདི་ག་ཟླ་



བྱང་གི་ལས་བྱེད་ནམས་དང་། ཆོས་སྡེ་མ་བུའི་ལས་སྡེ།  
 ཁོངས་གཏོགས་མི་སེར་འབྲས་མི་བསམ་ཤེས་གཉིས་  
 ལྟན་བཅས་ནས་མོས་བསྐྱར་གྱིས་འོས་འཆར་སྟན་ཞུ་ཡུལ་  
 ཁོངས་སུ་གདོང་ཀོང་སྐྱལ་སྐྱོབ་བཟང་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་  
 མཆོ་སྤྱི་མོས་དྲག་རེ་ཆེའང་། སྤར་ལམ་ལྟར་འོས་འདྲ་  
 དྲག་བརྟམ་མིང་ཐོ་གསུམ་ཙམ་བསྟན་ཏེ་སྟན་ཞུ་ཡུལ་ཞུས་  
 མིང་བ་དེ་དག་ལས། གཙོ་བོར་གནམ་བསྟོས་གཞུང་ས་  
 ཆེན་པོའི་སྤྱི་ཞུའི་ཞབས་འདེགས་འབྲུབ་པ་ཞིག་དང་།  
 གུས་པའི་སྤྱི་བྱང་གི་ལྷགས་གཉིས་ལས་སྟོ་འཆོ་འཛིན་  
 གྱིས་ཕྱི་ཀྱི་ནང་བཅུད་ཚགས་ཚུད་ཡོང་བ་མ་ཟད། མངའ་  
 འབངས་འཆོ་ཆོགས་དྲང་བསྐྱོངས་བྲིམས་འདོམས་འཆུན་  
 ཆེ་སོགས་ཀྱི་ལས་སྐྱལ་སུ་བཟང་དང་། འཕྲལ་ཡུན་པན་  
 སྟོབས་ལམ་ལྟོངས་གང་ཆེ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབྱིངས་



རས་གཟིགས་པའི་ཕྱག་རྟགས་དང་། དེ་འབྲེལ་བཀའ་བྱ་  
 རིན་པེ་ཆེའང་སྟེ་སྟོལ་གྲུབ་པ་བཅས་ནམ་མཁུན་སེགས་  
 དང་། ཕྱོགས་མཚུངས་མདོ་སྟེ་སྟོན་ཉོད་པར་ཡང་གོང་གི་  
 ཕྱི་སྟོན་དང་དབྱིབས་མཚུངས་ལུལ་བ་དང་། གང་ཅིའི་  
 གནས་ཚུལ་ཞུ་བར་ལྟེ་འཆང་ཡུལ་བྱ་འཛིགས་མེད་དབང་  
 ལྡན་དང་། གཉེར་ཡར་འཁོར་མ་གྲོང་བསྟན་འཛིན་དབང་  
 གྲགས་སམ་རྗེས་སུ་ར་ཞིག་ལྟེ་འཆང་དུ་གྲགས་པ།  
 གཞུང་ནང་འཛིན་སྟོབ་བཟང་ནམ་རྒྱལ། ར་ཞིག་འཛིན་སམ་དར།  
 ག་བེ་བྱ་རིན་ཆེན་བཅས་ཆབ་མདོར་ཆེད་བཏང་བྱས་ཚུལ་  
 བྲག་སྒྲུའི་ཡིག་ཚང་དེབ་འཁོད་འདི་གའི་ཉིན་ཐོར་བ་ལུས་  
 འདུག་པ་ལྟར་བཀོད་དོ། ཟླ་༡༡པ་ནང་སྟོར་སྟོན་འབུལ་རྟ་  
 འགྲུ་ལྟ་ལྡན་དུ་ཐོན་ཆོད། ས་སྐྱལ་གསར་ཆོས་ལ་མདོ་སྟེ་  
 སར་ཕྱག་རྟགས་ཕེབས་སོན་བཞེན་གདོང་གོང་སྐྱལ་སྐྱེ་དོ་



མ་དང་། སྐར་ལམ་ལས་བྱེད་དགོས་ངེས་བཅས་ཟླ་  
 འཛེས་ སེའུགས་མེད་བྱེད་སྒྲིའི་བཀའ་བསྐྱར་ཞུ་སར་  
 ཆབ་འབྱོར་དགོས་པའི་བཀའ་ཆུ་དབྱེན་འདུམ་དུ་འབྱོར་  
 བར་སྒྲུང་། དེ་དག་གི་སྐབས་སུ་ཁི་བེ་ནི་རང་དབང་ཅན་  
 གྱི་རི་ཁྲོད་དབྱེན་པར་བ་བ་དང་། ག་ཤང་གཅི་འདྲོར་བ་  
 དང་། ཉལ་བ་གསུམ་པོ་ཅམ་ལས་ཁུར་དུ་ཆེ་བའི་བྱ་བ་  
 གཞན་མེད་པར་ངེས་འགའ་ནི་ན་ཆོད་ཕྱ་མའི་དུས་སུ་  
 ངལ་བ་གང་ལ་བཏེན་པའི་གཞིར་ཉོག་དཔྱོད་དང་འབྲེལ།  
 སྒྲིམ་གྱི་ཉམས་མྱོང་སྒྲིབ་གསུང་རབ་གདམས་ངག་ཏུ་  
 མཐོང་བའི་རིགས་དཔྱད་ལ་རག་ལས་པ་སྟམ་སྟེ་གསུང་  
 རབ་མང་པོའི་དཔེ་ཆ་སྟོན། རེས་འགའ་ནི་སྐར་འཁྲིས་  
 གོམས་གྱི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་  
 གཞན་དང་གཞན་དག་མང་པོར་རིག་པ་ནང་པར་འཛི་



ཡང་སྒྲོབ་པའི་ངང་ཚུལ་རྗེས་སུ་སྒྲོང་། བང་རེ་ཁམས་  
 གསེང་བའི་ཕྱིར་སྤང་སྒྲོངས་ནི་ཅོའི་ག་ཤེག་པ་བཟུབ་པ་  
 ལྟར་སྒྲོ་ཞིང་འཇམ་པའི་གཞིར་ཚུ་སྒྲེས་སྒྲ་ཚོགས་གྱི་ཚོན་  
 བཀྲེས་པ་ལེགས་བྲིས་འཆི་མེད་གྲོང་གི་དགའ་བའི་ཚལ་  
 ལྟ་བུའི་དོ་རར་གནས་གྱི་རི་བོ་ནམ་པར་བསྒྲོར་བའི་བོལ་  
 བྲིས་ཚུ་ཞིང་ག་ཤེགས་ཏེ། ཉེ་སྒྲོར་གྱི་གྲོང་དུ་གནས་པའི་  
 བྲིས་པ་ཕེ་མོ་འདས་པ་དང་མ་འོངས་པའི་རེ་དོགས་ནམ་  
 པར་ཉེག་པ་མང་པོས་རྒྱད་མ་དབྱུག་པ། འཇིག་ཉེན་  
 འདུལ་སྒྲོང་གི་བྱ་བ་སྒྲུ་བེང་པོ་མེད་པ། ཆགས་སྤང་གི་  
 གཏམ་ནད་ལང་པ་མི་སྒྲུ་བ་རེ་ཞིག་གི་དབང་དུ་འགྲོགས་  
 ན་བདེ་བའི་གྲོགས་དང་འགྲོགས་ཤིང་། ཅུང་མའི་བྱེ་བྲག་  
 སྒྲ་ཚོགས་གྱིས་དུས་འདས་ཏེ། བཟུ་གཞིག་བྲས་པའི་  
 ལེག་འཆོ་རྒྱ་ཆེན་པོར་འོངས་སུ་སྒྲོང་པས་གཟི་བརྗིད་



ངལ་ཕྱི་ལ་སེ་ནམ་གྱི་ལས་ལ་ནི་དམན་པའི་བགྱི་བ་ཞིག་ཏུ་  
 མཐོང་ཞིང་བཅུ་བའི་མུན་ནག་གི་མལ་དུ་འགྲེ་ལྷོག་གིས་  
 ཉལ་མཁས་སེ་ཞེས་བྲགས་པ་ཐོབ་འདོད་གྱི་འཆད་ཕྱིད་  
 ཕྱི་མ་པ་དང་། མིས་དད་པ་འཛིན་པའི་བྱུ་ཁྱུ་མཆོམས་  
 གཙོད་སྒྲགས་འདྲིན། གང་ན་གང་ཚར་དད་འབྱལ་ལ་  
 ལྷོགས་ལབ་གྱིས་རྒྱགས་པའི་གྲོང་ཉལ་གཡིང་བའང་  
 སྤངས་སྒྲོ་བདེ་གྲ་ཡངས། གང་འགར་འགས་འབྱུང་གི་  
 སྒྱུད་པ་སྒྲ་ཐག་རང་མགོར་དགྱིས་པའི་ཚྭ་ལ་གྱིས་གནས་  
 པའི་སྒྲབས་ཏེ། དེའི་ཆོ་བླ་ཆོས་༡༠ཅམ་ནང་སྒྱི་མཛོད་  
 མཛོས་བཅུ་བ་དེ་ཅུང་ཁམས་མ་བདེ་བའི་སྒྲབས་ཞུས་  
 འཕྱོར་དོ། འཕྱོར་ནས་གྲང་རྒྱན་པའི་གཞི་ནད་དེ་ཉིད་འཕར་  
 རྒྱང་ཐུན་བྱ་བྱུང་བ་ཡིན་དུ་རྒྱག་གི་ཉེ་བར་འཆོ་བ་ཆེན་  
 དོས་གཙོས་པར་མི་འགྱུར་སྒྲམ་དོགས་མེད་དུ་གནས་



ངང་། ཆོས་ཀྱི་ལ་ཏ་ཅང་ནད་བབས་ལྷི་ཚྱུ་ལ་ལས་སྤྱི་འི་  
 འཕྲོས་པ་དང་བཅས་སྒྲུ་གམ་དུ་འཕྲོད་པར་གཞུང་ནང་བུ་  
 ཐོ་ཏྲ་ཁལ་ཅི་དགོས་ལམ་ཡིག་དང་བཅས་བཏང་བ་  
 སྒྲེབས་སོ། འོན་ཀྱང་གོང་སྒྲོལ་ལྷ་རྒྱལ་བ་དུག་པའི་ཆོས་  
 འགོར་འཆོ་བྱེད་སྒྲོལ་དར་དང་ཆབས་ཅིག་སྒྲུན་ལུས་དེ་སྒྲོད་  
 གྱི་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་སུ་ལྡོངས་སྒྲུ་བ་ན་བཞུན་ག་ཤེར་  
 གྱིས་ས་ཚུའི་འབྱུང་བ་སྒྲོལས་ཆེ་བར་གྱུར་ཏེ། ནང་གི་མེ་  
 རྒྱུད་གྱི་རང་བཞིན་དང་མ་མཐུན་ཁམས་སྒྲོགས་ཏེ་གནས་  
 པས་འགྲོ་བར་ངོ་མ་ཐོགས་མེད། བསྒྲོག་དེམ་། རྒྱལ་བའི་  
 བཀའ་འབྱུར་དེན་དེ་ཆེ་སྒྲོག་བྲ་བསྒྲིགས་འཕྲལ་ཆོས་  
 ན་ལ་ཞི་བར་ག་ཤེགས་པའི་གཏམ་ངན་དང་། རྗེས་  
 སྒྲུབ་ལ་ཡོང་དགོས་ཅུ་ནན་ཡང་དེ་འགོའི་འཕོ་འདེབས་  
 རྒྱན་ཐོབ་འཛེམས་ཁྲལ་དང་ནད་བབས་བཅས་འགྲོ་



བ་ཤེལ་ཐོག་དག་ཤིང་དུ་དམིགས་སྒྲུལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་  
 རིན་པེ་ཆེ་དག་འདོན་དང་། ཞེ་དགའི་བར་སྟོང་མཆོད་ཕྱོད་  
 གཉིས་ལྷག་པ་དང་འབྲེལ་བདུན་ཆོགས་བྱང་བསྐྱེགས་  
 ཞུས་སོ། དེའང་མཛོད་དེ་ཉིད་སྟེ་ཆོགས་སྐབས་དེར་ལྟོས་  
 ལྷགས་བྱང་ནམ་དཔྱིད་ཡངས་འཁོར་། ལྷག་པར་རྒྱན་སྟོན་  
 སྟོན་དོན་འབྲི་དཔོད་ལེགས་པ། ཁོ་བོ་ཅག་ལ་དམ་པར་  
 བཟུང་འོས་པའི་ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཆ་ཕྱ་མོ་ཅམ་མི་  
 དམིགས་བྱང་རྗེ་གོང་མ་དེའི་ཡང་སྟོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཅམ་  
 གྱིས་བྱང་གཙུག་སྒྲར་བཀུར་བའི་གཏི་མུག་དང་ཞེན་གྱིས་  
 གཞན་མཚུངས་མེད་པའི་བསྟོན་བཀུར་གཟིགས་པས་སྟོང་  
 བ། ཁོང་པ་རྒྱུད་དུས་དུས་པ་མེས་ནས་གདོད་ཀོང་གོང་  
 མ་དེའི་ཞབས་གཡོག་ཏུ་ཡུལ་བ་ཞིག་ཅེས་འདི་གའི་རི་  
 བྱོད་ལ་རང་བྱིམ་དང་འདྲ་བར་བལྟ་ཞིང་ཕྱི་ནང་གི་ལར་



སྒྲུང་སྒྲུང་བས་སྒྲིང་ཕྱོགས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་གནས་སྒྲུ་  
 སྒྲུང་བས་སེམས་ཡིད་འགྱུར་ཏུ་སྒྲིབ་བྱུང་། ལྷ་བབས་དུས་  
 ཆེན་དང་བསྐྱུན་ནམ་རྒྱལ་སྒྲོང་མཆོད་ལུལ་ཞིང་། ཆོས་  
 ༡༤ཉིན་རང་གི་རིམ་གྲོང་ཆོགས་ཡས་མས་སྒྲུ་ལུས་ཆས་  
 སྒྲོང་དག་གིས་མཆོན་དགོན་ཁག་ནམས་སྒྲུ་མ་ཁྱེའི་དུང་  
 ཡོན་བཅུ་ཙམ་བསྐྱབས་སོ། འདིའི་སྒྲོང་དང་སྒྲིབ་མཛོད་  
 གསར་པའི་འོས་སྒྲུ་འགོད་མི་མང་པོ་ཡིད་ཆོད་ཐེར་བ་  
 ཐོས་གྱུང་། རངས་ཀྱི་དུས་མཛོད་གྲོང་རེ་འཕེས་ཇེས་འོས་  
 བསྐྱེའི་སྐབས་དབུས་ཕྱོགས་ནས་སྐྱབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 དབུ་ལྗང་རེ་ཞིག་གདན་ཞུས་བྱ་བ་ཏང་གྲུབ་ཐོབ་དགེ་  
 བ་ཤེས་ཙམ་གྱུ་ཡང་སྒྲིབ་མཛོད་ཀྱི་འོས་སྒྲུ་འབུལ་མཁན་གྱུང་  
 ཆོད་ལྷུང་རང་བཞིན་ཉམས་མཚར་ཙམ་ལས། ས་བོན་ཚུང་  
 དུ་འདིས་ལོ་སྒྲོང་གནམ་བསྐྱབས་པ་ཞིག་ཡིད་སྒྲུམ་



སེམས་ཟུར་མ་ཟུང་དེ། བོད་དུ་བ་ལྟ་བུ་ལྟར་གྱི་བྱ་བ་སྟོ་  
 ན་དར་འཕྱར་བ་ལྟར་མཛེན་ཚན་ཅན་གྱི་སྟོང་པ་ཕྱོགས་  
 གུན་ཏུ་གསལ་ན་ཁྱོད་གྱིས་ཞིབ་ཕྱིར་གནས་ཚུལ་མ་ཐོས་  
 ཟེར་བའི་གུན་ཇོ་བ་ཇུན་གཏམ་སུ་ཡི་ན་བར་འགོ་ཞི་ན།  
 བདེན་མེད་གྱུང་ཆུ་མཚན་འཆད་ན། རངས་སྒྲར་འབྲམ་  
 ཐོག་མཛོད་ཟུར་དག་དབང་ཆུལ་མཚན་དེ་ཉིད་སེམས་  
 ལས་སུ་ཆེ་ཞིང་བསྐྱབ་པར་དགའ་བའི་སྟོང་གྱི་བྱ་བ་ཞག་  
 འཛོད་མེད་ཆུ་གཉེར་ལྟ་བུ་འདིས་སྐྱས་ཤིང་ཡིད་ལྱུང་  
 ནས་དཔེན་པ་འདོད་དེ་ན་སེམས་ཐོབ་བར་བསྐྱད་མདོ་སྟོ་བྱི་  
 སྟོན་པ་བརྟུས་བདས་པར་གསལ་ཏེ། རང་གི་ཁབ་དཔེན་  
 པ་ཞི་བའི་ནགས་སུ་བདེ་བར་ངལ་བསེ་བ་ཐོབ་ནས་ཚབ་  
 གསར་མངའ་གསལ་བའི་སྟོང་ཆབ་འོག་གི་སྟོ་བོ་འདྲ་  
 འཛོམས་ཁོ་བོ་དབུས་ཕྱོགས་རྩ་སྟོང་དུ་ཐོས་པས་མ་གྱིས་



ཉམ་ཆུང་གྲ་ཆུང་གི་ཚུལ་དུ་གནས་པར་ཅལ་སྒྲིག་གུ་ཅི་  
 འདོན་པ་མང་ཙམ་བྱུང་སྒྲུང་ཡང་། མཐར་འཁོར་སྒྲིག་གཏན་  
 ལ་འབེབས་པ་ན་དེ་ནི་མི་རིགས་ཞེས་ངལ་ཆོགས་ལ་མ་  
 ཉམས་པར་བདེ་སྒྲིག་ཉིད་དུ་གྱུར་ན་བསལ་བའི་གོ་སྒྲུབས་  
 རང་འབྲུགས་སུ་བྱུང་བ་བཞིན། ད་ལམ་ཡང་སེམས་ཅན་  
 མེས་པ་སྐྱ་ཆོགས་ཀྱི་དབང་ལས་ངག་བརྗོད་པ་ཅིའང་  
 སྤྱིད་མོད། དེ་ལ་འབད་པས་འགོག་པའི་ངལ་བ་མི་དགོས་  
 ཏེ། ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། བདག་སྤྱོད་ལམ་རིམ་འཆད་པ་ལ་  
 ཞུགས་པའི་ཆོ་འབངས་མི་ཉམ་ཐག་ཁྲལ་བྲིམས་ཀྱིས་  
 མནར་ན། མ་འོངས་རང་ཉིད་ཀྱི་འགྲུག་སྤྱིང་ནས་ནམ་  
 སྤྱིན་བུ་ལོན་བརྒྱ་འབྱུར་དུ་འཇལ་དགོས་པ་དང་། ལྷ་  
 འབངས་ཀྱི་ནོར་ལྡན་ཏེ་ལའི་དུག་ཅེས་རང་གི་སྤྱོད་པར་མ་  
 དཔེ་བ་སྒྲ་དཔོན་དགོར་དད་ཅན་ལ་ཐན་དུ་བཅི་བའི་ཆོས་



སྒྲུང་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་བརྟེན་མྱོང་བཅའ་མེད་པར་གོམས་  
 འཛིན་། རྒྱན་སྒོལ་ལྟོག་པར་དགའ་བའི་ལས་གྱི་སྒྲེ་མོས་  
 དེ་ལྟ་བུ་གཙུག་གི་རྩེ་བོར་སྦྱང་ཐག་པ་ནས་མཆོད་པར་  
 མོས་པ་སུ་ཞིག་ཡིད་དེ། ཉེས་པའི་དུག་རྒྱངས་འབྲུལ་བའི་  
 རྒྱལ་གདུག་མཁའ་སྒྲིང་དབང་པོའི་འབྲམ་ན་རྩེ་ལྟར་ཡིད་  
 སྒྲོ། བུ་དང་རྒྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་ཕྱི་མཐའ་དང་། དཔོན་  
 རབས་རིམ་འབྱོར་ལར་རྒྱ་ལ་མི་ལྟ་བར་སྒྲོ་བུར་ཡས་  
 བབས་བྲ། རྒྱུང་སྒྲུང་བ་སྒྲོབས་ལྟན་རྩེ་རིགས་མི་སྒྱུན་པས་  
 བསྒྲེན་པར་དགའ་སྟེ། དཔོན་ན་མེ་དཔུང་ཆེན་པོ་བཞིན་ནོ།  
 དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཐབས་ལ་མཁས་པས་འབྱུང་འབྱུར་གྱི་  
 དོན་ལ་ནམ་པར་བརྟགས་པའི་སྒྲོས་དང་པོ་ཉིད་ནས་སྒྲུང་  
 རོལ་དུ་འབྱེན་པའམ་སྦྱངས་པ་སྟེར་བའི་ཕྱིར་ནམ་པར་  
 སྦྱང་བཙུག་པའི་མཐའ་རིམ་གྱིས་མི་མངོན་པར་བྱེད་པ་



གདོན་མི་བ་སྟམ་པ་དང་། ཇི་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ནང་ལྷགས་  
 གྱིས་འཕྱིན་པ་སྤྲངས་པའང་མ་བྱུང་བས་སོ། ། ཇི་ཞིག་ན་  
 འོས་འབྱུང་མི་སྣ་ལྡེ་གཉེར་ཆབ་ཐོན་གྱི་གཏམ་ཐོས་པ་  
 ནས་གནས་སྤང་རིམ་གསལ་དུ་སོང་། དེ་ནས་འབྱུང་  
 འབྱུང་གི་དོན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ན། ནམ་རྒྱན་སྐྱབས་ཇི་  
 མཆོག་གི་བཀའ་དགོངས་དང་མི་འགལ་བ་ཞིག་ཞུ་  
 དགའ་བ་དང་། ཉེ་གནས་བསྐྱེད་གསལ་བས་བླ་མ་འཆུན་པའི་  
 ཐབས་མཁས་འཕྱིག་གོང་མ་ཆོར་ཡིད་འདུག་གྱུང་ནི་ཇི་  
 སྒྲིབ་དཔོན་ལ་དེ་འདྲ་མི་རུང་བ་དང་། དཔོན་རྒྱུ་དཔོན་  
 འཆོའི་འཁོར་གྱི་སྐྱེ་བོ་མི་སྣ་སྒྲིབས་ཆེ་བ་དང་། འབངས་  
 གྱི་སྐྱེ་བོ་མགུ་དགའ་བ་དང་། ལྷག་པར་སྐྱབས་ཇི་མཆོག་  
 དབྱ་བྱེད་དུ་ཕེབས་སྐྱབས་ལྷ་ས་བོད་གཞུང་ལས་ཁུངས་  
 ཁག་ནས་བུ་ལོན་མང་ཙམ་བླངས་པ་གཙང་སེལ་མ་བྱུབ་



ཁར། མགོན་ནང་སེ་ལྷ་སར་ལེ་མང་བསྐྱད་རིང་བྲག་ལྷ་ཁ་  
 ཁུར་བུ་ལེན་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་གཡེས་ལེན་  
 མཐའ་དག་ངན་ཆལ་གཞུང་འགེལ་སྒྲིང་བརྗོད་ལག་ལེན་  
 རྟོག་འཛིངས་གང་ཆེ་ཡོད་ལྷགས་སྒྲིར་བ་འད་བཅས་  
 གྱིས་སྒྲར་དང་མི་འདྲ་བ་གཟུགས་ཅན་ལྷ་བུ་ཆེས་ཉེན་  
 ཁའི་ནམ་པ་མངོན་དུ་འཆར་བ་བྱུང་དོན། ན་ཆོད་བཅུ་ཕྱག་  
 གསུམ་ཅམ་བབས་བྱུང་སྒྲིབས་པའི་སྒྲིབས་དར་གཞན་དག་  
 ལྷར་ན། སེ་ནམས་དང་ཆོད་འབྲུལ་ལ་སེགས་ལས་གང་  
 ལ་ཞུགས་གྱུང་མཐར་དབྱུང་ནུས་པའི་སྒྲིབས་དང་ལང་ཆོ་  
 དར་ལ་བབས་འཁོར་། གྲོགས་མེད་པར་གཅིག་ཕུར་རྒྱ་  
 བའམ། མཆོན་མེར་འགྲོ་བའམ། ལམ་ཐག་རིང་པོར་ཁུར་  
 ལ་ཁུར་ཏེ་བགོད་པར་དཔའ་མི་ཞུམ་ལ། བྱི་དང་ཆོམ་རྒྱན་  
 དང་འབྱུང་པོ་ལ་སེགས་པར་དེ་ཅམ་དངངས་འཛིགས་



མེད་པའི་ཆོད་གྱུང་ཁོ་བོ་ཅག་ཚུང་དུའི་དུས་ནས་ཐག་རིང་  
 མོར་རྒྱང་གིས་འགྲོ་བ་དང་། ཁྱུང་ལྟུང་བ་སོགས་སྦྱང་  
 དགོས་པའི་གནས་གལ་ཆེ་བ་འདི་ལ་མ་སྦྱངས་པས་  
 ལུས་བྱིས་པ་འཁོད་མ་བྱེ་བ་ལྟར་མཐུ་ཚུང་ཞིང་། བསྐྱེད་  
 བསྐྱེད་པས་ལྟུང་ས་པར་གྱུར་ཏེ་ཁྱུང་ལྟུང་བ་ལྟ་ཅི།  
 རང་གར་ཚུང་གྲགས་བརྒྱལ་བ་ཙམ་འགྲོ་བ་ནའང་དེ་མ་  
 ཐག་འཁོར་ཏུ་ངལ་ཞིང་ངལ་བའི་མཐར་ཐུག་ལ་གཅིག་  
 སྤུང་ཆུ་བ་དང་། ལྷན་པའི་གནས་དང་། རོར་སྦྱང་དང་།  
 ཆོམ་རྒྱན་ལ་སོགས་པར་ཞུམ་ཞིང་བག་ཚེ་ལ་སྦྱི་བྱངས་  
 བྱེད་པ་མ་གཏོགས་འཆར་སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོགས་གྱུང་འདི་བྱའི་  
 མཚམས་མ་བེན་པར་སྤར་ལྷགས་སུ་ལུས་པར་གྱུར་རོ།  
 ཟླ་༡༡ཆོས་༥༠བྲག་བླས་མདེ་སྦྱུའི་བཞེད་ཆུ་དང་། སྦྱི་  
 མཛོད་སྦྱོད་རོགས་ལབ་ཏེན་ཏེ་འགོས། དག་ཚོན་སྦྱོད་པར་



གསེལ་གཉེར་སྒྲེལ་པོ་འབྱེད། རང་ལ་ཇེ་བོར་བརྒྱུད་བའི་  
 ཡོན་ཏན་མི་ལྡན་པ་དང་། འོས་ཁོངས་སྟོང་མིན་འདྲི་ཆོག་  
 བསྐྱེད་མ་གྲུབ་པའི་ཡུལ་ལས་བཙུམས་ཀ་ཀོར་ཕྱན་བྱ་  
 བཅུས་གྱུར་། མངགས་པ་ཟུང་ལ་ལེ་མེད་བྱེད་གཏད་  
 བཅོས་པ་ཅོམ་དུ་ཟད་པས་ཉེན་འབྱུང་དར་དང་དཀར་སྟོ་  
 ཆོས་འགཟུང་སྐར་ལེགས་པར་སྒྲངས། དེམ་གྲོར་ལྷ་མའི་  
 ཆོགས་འབྲུམ་བསགས་འགོས་རྩྱགས་འཁོར་འཕྲལ་དུ་  
 མདོ་སྟེ་སྟོན་སྟོང་པའི་མདུན་ཞུ་འཁོག་འདི་ལྟར། དཔལ་  
 ལྡན་སོགས་གྲུས་འབངས་བྲག་གཡལ་གདོང་ཀོང་སྟུལ་  
 མིང་པས་སོར་བཙུའི་ཨུཊུལ་སྟེ་བོར་ལྷུམ་ཏེ་ཞུ་གསེལ་  
 འདེབས་སྟོང་། ཉེ་ཆར་ལྷ་འཆོས་ཉེན་བྲག་གཡལ་ཏེ་  
 ཐོག་བྱ་མཆོག་ནས་ཕྱག་བྲིས་དང་སྒྲགས་གསེལ་ཉེར་ཟུང་  
 ཆེད་བཏང་མཛོད་གནད་གི་གསུང་འཕྲོས་ཡིག་ལམ་



གཉིས་གསལ་དུ། བྲག་གཡལ་སྒྱི་མཛོད་ཚབ་གསར་གྱི་  
 རོས་འཆར་མདོ་སྒྱི་ མི་དབང་ཆེན་པོ་བརྒྱུད་སྔོན་ཕུལ་ལ་  
 ཉེ་ཆར་ཆབ་མདོ་ནས་ཟླ་ ༡ ཆེས་ ༡༤ ཉིན་བཀའ་བྱ་རིན་པོ་  
 ཆེ་སྒྱི་ཕེབས་ཕྱགས་རྗེ་ཟླ་མེད་དུ་ཆེ་བའི་དགོངས་དོན་  
 གོང་ས་ལྷ་མིའི་ནམ་འདྲན་སྒྱབས་མགོན་རྒྱལ་དབང་  
 ཐམས་ཅད་མཁུན་གཟིགས་ཆེན་པོའི་ཟླ་མེད་སྒྲིབ་བུལ་ཡེ་  
 འཕེས་གྱི་གཟིགས་པས་བྲག་སྒྱིའི་ཕྱག་རྟགས་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཡིད་བཞིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོའི་ཅུང་པན་གྲུས་འབངས་གྱི་  
 མིང་ཐོག་སྐུལ་འདུག་པས་གཞུང་སྒྲེར་བསྟན་སྤྱིད་གོང་  
 སྤེལ་གྱི་སྒྲེ་གྲོས་ཀེ་ལ་༡༡ པའི་རང་ཁམས་སྤྱིང་བཅུངས་དང་  
 འབྲེལ་འཕུལ་སྒྱུར་གསར་མཇལ་ཞུ་སྒྲེའི་སྒྲེར་ཆབ་མདོར་  
 ཞབས་བཅར་ངེས་པར་དགོས་ལྷགས་སྐུ་ནན་ཕེབས་པར།  
 གནམ་སྒྲོས་གཞུང་ས་ཆེན་པོའི་བཀའ་དགོངས་གསེར་གྱི་



འཁོར་ལོ་ལས་སྐྱུང་བྱེལ་སྐབས་མེད་སྐབས་དང་ལེན་  
 ཞུ་མིན་ཚད་བྲལ་ལགས་གྱུང་། གྲུས་འབངས་ཆོས་སྤྱོད་  
 གཙུག་ལག་ཟབ་མོར་རྩྱལ་བཞིན་འཇུག་པའི་ནམ་དཔྱོད་  
 གྱི་སྐྱོབས་ཕྱི་ལ་ཕྱ་ལ་སྐྱོམས་པ་མ་ཟད། མངའ་འབངས་  
 ཡལ་ཆེ་དམུ་ཚོད་ཉག་གཅིག་ལ་བཞེན་ལྷགས་མཐུན་  
 བྲིམས་སྒྲིལ་ཡི་གར་འབབ་དགས་དོན་བདག་གཞུང་ས་  
 ཆེན་པོའི་ཞི་དྲག་གི་ཞབས་འདེགས་གལ་ཆེ་ཡུལ་གཉན་  
 ཁག་ཇི་ལེགས་འབྲས་ཚང་ཡོང་མིན་སེམ་ཉིའི་དྲ་བས་  
 བཅིངས་ཁར། ལྷག་པར་ནད་བྱ་ཅན་ནམ་གུན་འཕར་ལྡང་  
 ཆེ་བ་བཅས་གཡེ་བོལ་ཕྱ་མོས་གྱུང་མ་དེག་པར་ཇིན་  
 གསེལ་དེ་ལྟར་ལགས་ན། བསྟན་སྤྱོད་གྱེན་འདེགས་གྱི་  
 འཇུག་པ་རྩྱལ་བཞིན་ཡོང་མིན་འཕྱང་མའི་ནམ་ཁོག་ཏུ་  
 ཅང་ཆེ་བས་ད་སྐོས་ཞུ་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོར། མི་དབང་ཆོས་



རྒྱལ་ཆེན་པོ་གང་གིས་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་སྟོན་སེང་གིས་གུས་  
 འབངས་བྲག་སྒྱུའི་ལས་འབྱུང་གཏན་ནས་མ་དགོས་པའི་  
 ཅུ་དགོངས་ཁྲོལ་ཐབས་བྲལས་ཇི་བཅུ་བས་གཟིགས་པ་ཞུ་  
 རྒྱུ་ཞུ་ཐལ་དུ་མ་དགོངས་པ་ནས་བྱམས་བཅུའི་འོད་སྒྱུད་  
 དམ་པོས་མི་སྒྲོད་པའི་བཀའ་བཟང་ནོར་བུའི་གཙུག་རྒྱན་  
 ཚངས་གནས་སུ་སྒྲུལ་གནང་ནམ་མཁུན། སྟོགས་དང་།  
 ལྟ་བུ་ཆེ་ལྟོ་ཐོག་བྱ་ལས་སྒྲི་ནམས་དང་བཅས་པར་  
 ཡང་དེ་བསྟུན་དགོངས་སྟན། མདོ་སྒྲི་མདུན་དངོས་འབྱུལ་  
 མེད་མི་དམའ་བ་དང་། རྒྱལ་ཆེ་རིན་པོ་ཆེར་དགུ་ཚོན་  
 བཅས་ཀྱི་ཞུ་འདེགས་ཁྲེར་ནས་གཉེར་ཟུར་ཆོ་དབང་དང་  
 ཆོ་དགའ་ཟུང་ཆབ་མདོ་དང་། སྒྲིད་ཁྲེད་གན་བུ་ཨ་  
 འཕགས་དང་དབང་ཆོ་གཉིས་དཔྱེན་འདུམ་དུ་བཟླངས་པ་  
 དང་སྒྲུགས་གསོལ་གཉེར་སྒྲུལ་པོ་ཡང་ཐོན་པ་སྟོགས་ཀྱི་



ཚུལ་འདྲ་ཆགས་ལྟར་བྱུང་མོད། དུགས་ཞི་གཏན་ནས་མ་  
 བདེ་བཞིན་ཆོས་ལལ་ཆབ་བང་ཕྱིར་འབྱེར་དགོངས་ཁྱོལ་  
 ཞུ་རེ་ཀ་ཀོར་མི་ཆོག་པའི་བཅན་བཀའ་ཁྲི་ན་ལས་ཞུ་  
 ལམ་གཏན་ནས་མ་རྟོན་འདུག་ཅིང་། དབང་རྒྱས་མ་  
 དམིགས་པས་རང་ཁྲིངས་སྒྲ་དཔོན་ནས་ནི་དབུགས་ཕྱིན་  
 པའི་གཏམ་ག་ལ་ཡོང་སྟེ་དབྱེན་འདུམ་དུ་བཏང་བའི་བང་  
 མི་བྱུང་དང་། དུང་ཡེ་འཤམ་རྒྱལ་མཆོན་བཅས་དགོངས་  
 ཁྱོལ་མ་བདེ་བའི་སྐྱབས་ཇིའི་བཀའ་སྒྲུགས་དང་། ལས་  
 སྤྱིའི་འཕྲོས་པ་འབྱེར་བས་རི་གཟར་གྱི་ཐབ་ལྟར་བསྒྲུག་  
 མེད་གྱི་སྒྲོ་ཐག་ཆོད་དོ། མཛོད་སྒྲ་མ་མཛོས་བཅུ་དམ་པ་དེ་  
 བཀའ་རྒྱ་ཕེབས་ནས་བྱུང་སྒྲ་འཤམ་གསར་མཇལ་ཀ་ཀོར་  
 ཇིག་ཉམས་བསྟན་གསལ་ལྟར་དྲིགས་པ་ཅན་ཟེལ་གཞོན་  
 སྒྲ་འཤམ་ཅོམ་འབྱིང་བག་སྟོན་དགོས་པ་ལྟར་སྤང་ནའང་།



ཕྱི་ལྷ་ལས་བཀལ་བར་གོང་ས་རིན་པོ་ཆེ་དབྱེན་འདུམ་རིང་  
 དུ་བཞུགས་མི་བརྟུབ་ཅིང་། སྟོན་མཇུག་ཙམ་བསྐྱུར་བ་མདོ་  
 གྱིས་བཅུག་མདོག་མ་ཁ་པ་དང་། འགག་བརྟགས་མཛོད་  
 བལྟས་ཆེད་བཟོས་དགོངས་འགལ་ཆེར་འགྱུར་དོགས་  
 འགོར་འགྱུངས་བྱ་བའི་གོ་སྐབས་གྲང་མ་རྟོད་པར་བཞེན་  
 བྱ་བ་ལམ་ལྟོངས་བསོད་ནམས་ཆོགས་ཆེན་སྤེལ་སྤྲད་  
 སྐབས་རྗེ་པ་བོང་ཁ་རིན་པོ་ཆེར་དདུལ་གྱི་ཆོ་བུམ་སྒྲོས་  
 ལེགས། ཁང་སར་མཆོག་སྐུལ་རིན་པོ་ཆེར་དདུལ་གྱི་  
 མཐུལ་ལྷགས་རི་སུམ་བཙུགས་གྱིས་མཆོན་ནམ་དགར་  
 རྒྱབ་རིམ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲོས། ཆོས་༡༤ལ་གཟིམས་འགག་སྒྲོ་  
 དོན་དང་། སྟོམ་པ་དུང་ཡིག་ཡུན་ཆོགས་དངོས་གྲུབ་ཅི་  
 དགོས་ལམ་ཡིག་བཅས་བསྐྱ་བར་འབྱོར། ཕྱི་ཉིན་གདོང་  
 གོང་ལྷ་ཁང་སྟོང་འཁོར་དུ་མཆོད་སྒྲིན་ཟབ་གཟེངས་བཅས་



རང་གནས་ནས་ཐོན་ཡུལ་ཐུར་བསྐྱད། ཆོས་༡༤ལ་  
 གཡལ་ག་ཉལ་དུ་ཡུལ་ཐུ་ལྷེ་འཆང་དང་། མགོན་ལས་སློ་  
 ཆོས་སེགས་ཐབ་བསྐྱར་བཅས་ཆོས་སྒྲིང་ལྷོག་ཏུ་བརྒྱ་  
 མཆོད་སྟོན་དར་གསེལ་འཕྱིན་ཞུས་ཏེ་དབྱེན་འདུམ་མངོས་  
 བཅུ་ཁང་པར་འཕྱོར། ལས་ཆོན་ནམས་དང་། གམ་བཅར་  
 གྲ་ཆོང་བཅས་ནས་སེར་སྒྲིང་དང་མངལ་དར་བྱུང་། ཐུ་  
 ཉིན་<sup>ལ</sup> སྐབས་ཇི་མདུན་བཅར་ནས་སྐྱ་གསུང་ཐུགས་ཏེན་  
 ཡུལ་ཞིང་དགར་སྒྲོ་བཞེས་འབྲས་སྐྱལ། ཆོས་༡༡ཉིན་<sup>ལ</sup>  
 སྐབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲམ་ཐོག་མངོད་ཟུར་མདུན་ཐོན་  
 ཐུག་ལ་བཅར་ཏེ་ངེད་དང་། རང་སོ་མགོན་གཉིས་སློ་བཟང་  
 བཙོན་འབྲས། ལྷགས་ཁུ་དྲུང་ཡིག་ལུ་རི་དྲུང་ཡིག་ར་ཞིག་  
 གཉིར་པ། གཉིར་སྐལ་གཡལ་། ཐུག་གཞུང་ནང་བརྒྱད་  
 སྒྲོར། དེ་དག་གི་སྒྲེར་གཡོག་གོས་བརྒྱན་གཟབས་འཕྱོར་



ཅན་མང་པོ་བཅས་གསར་མཇལ་ཟེར་རམ་པོ་ཆེའི་ལས་དེ་  
 ཅུམ་ཕྱིར་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐེགས་སོ། ཆོས་ཀྱི་ཉེན་  
 གཡས་སྟོད་དུ་ཆབ་སྒྲེའི་ཐབ་བསུ་མཚམས་དར་དང་།  
 གཉེར་ཆེན་ཆེའི་གང་བན་བཅས་ཡི་དམ་གྲ་ཚང་དུ་སྒྲེབས།  
 འཕགས་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱི་ང་འདྲེན་སྟེ་ལེན་བྱང་  
 ཞིང་གསར་མཇལ་གནངས་བད་ཤུལ། ཆོས་ཀྱིས་ཆེན་  
 མདུན་བཅར་བ་བཅས་དེ་དག་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཟོད་  
 དས་སྐབས་དེའི་བསམ་སྒྲེའི་ནམ་གྱུར་མཆོན་པར་བྱ་སྟེ།  
 རྟོར་འཛིན་ཐིག་ལེ་བྲག་གི་སྒྲན་ལྗོངས་སུ། ། ལེགས་བྱས་  
 མཐུ་ཡིས་སྟེ་གྲ་བདེར་སྒྱུང་བ། ། ཆེན་པོའི་འཕྲིན་ལས་  
 མཛོད་འཛིན་མི་ཡི་ཇེ། ། རྩོམ་སྟེ་མས་དས་མཐོ་འགའ་  
 སྟོན་དུ་བྱུང་། ། གང་ཆེ་སྒྲང་དོར་སྟོན་པའི་བྲིམས་ཀྱི་  
 སྒྱུང་། ། རང་རང་འདྲོད་ཞེན་ག་ཤོང་དུ་སྒྱུང་བ་ཡིས། །



བདེ་དགའི་ག་ཤིན་ཞིང་ཉམས་པར་བ་འད་སྒྲ་ལུ། །  
 གྲགས་པའི་བཟེ་བོས་ཡུར་བའི་བཙུང་ག་བྱས། ། རིས་  
 གཙོད་གདུལ་དགའི་མི་སྤང་མང་ན་ཡང་། ། བཀའ་  
 ཉགས་བཙན་པོར་འདའ་བ་མེད་པའི་སྒྲ། ། བོད་ཇིའི་བཀའ་  
 བཞིན་འདེགས་ལ་ཞུམ་བུལ་བ། ། མཁར་ཞེས་བྱ་བའི་སྒྲི་  
 བྱ་དང་པོ་བྱུང་། ། དེ་མཐར་ལས་ལྟར་རབ་ནོ་བ། ། ལྷོ་  
 མཚོན་མདུང་ཕྱིར་དེ་ཡི་སྒྲིག ། སྒྲིབ་དཔོན་ཆེད་དུ་ཡོན་  
 བསྐྱབས་ཏེ། ། མཐོ་རིས་ཆོལ་དུ་བཞུད་ཅེས་འཛིན། །  
 གདོན་གྱིས་བྱུར་བ་འགྱི་བའི་བླས་གྲང་སྒྲི་བོ་མང་ལ་  
 འདིགས་སྟེར་བ། ། མཐུ་ཆེན་འབྱུང་པོས་སྟོང་སྟོབས་  
 བསྐྱེད་བྱས་གཏུམ་དྲག་ལྟ་མིན་ལྟ་བུ་ཡིས། ། རོ་ལྷོ་བྱི་  
 མདུང་མཚོན་བརྒྱས་གཟིར་ཡང་གང་སྒྲི་དེ་ཇིའི་ལྷན་པོ་ལ།  
 ། ཆ་འགས་མ་ཚུགས་ཆོ་འཕུལ་གཉིས་པ་མདོ་ཁམས་



ལྷོངས་སྤྱ་སྤྱར་ཡང་བསྟན། ། དེ་ནས་བསོད་ནམས་ཞིང་  
 ལས་ཚོགས་གྱེ་ཞིང་། ། ལེགས་ཆེས་འདི་དང་གཏན་  
 བདེའི་འབྲས་བཟང་བཅུད། ། སྐབས་གསུམ་ཚོགས་དང་  
 ལྷན་ཅིག་ཟུང་ཕྱིར་དུ། ། ག་ཤེགས་ཞེས་གྲགས་པའི་སྤང་  
 བ་ཚར་དུ་དངས། ། མངོས་པ་བཅུར་ལྷན་རིགས་འཁོར་སྤྱ་  
 ལ་ལས། ། སྤྱོ་ཆེན་མེས་པོར་འབྲན་པའི་མི་བཟང་ནི། །  
 དཔོན་གྱི་ཚུལ་ལ་ཁྲིམས་ལྷན་དམ་པ་ཞིག ། སྤྱི་ཀྱའི་  
 བསོད་ནམས་དཔྱེད་གྱེ་མཐུ་ལས་བཞད། ། དེ་ཡི་ཡོན་ཏན་  
 ཇི་བསྟུང་གིས། ། བོས་པ་དཔྱེད་ལྷན་བུང་བའི་ཚོགས། །  
 བསྟུགས་པའི་སྤྱ་ལེན་སྤྱང་བཅུད་ལ། ། ཅི་དགར་རེལ་པ་  
 དར་གཅིག་བུང་། ། དམ་པའི་ངང་ཚུལ་བསྟུང་ཞེས་དར་བ་  
 འཁྲི་འཁོར་པའི་རྩྭ་སྤྱ་པའི་འཛུམ། ། སྤྱི་ཚོགས་རྩིང་པའི་  
 དུས་གྱེ་རྒན་པོ་མངོས་རྒྱན་ཡི་གར་འབབ་མིན་ཕྱིར། ། སྤྱོ་



ལྟན་ཡོངས་ལ་སྟན་པའི་གཏམ་ཙམ་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་  
 ཚབ་བཞག་སྟེ། ། ཞི་བའི་གྲོང་ཁྱེར་མཆོག་རུ་སེམ་པར་  
 ལེགས་བྱས་སྐས་ལས་ཡུད་གྱིས་སོང་། ། དེ་ཡི་ཤུལ་ན་  
 རང་བཞིན་འགྲན་བཟོད་ཅིང་། ། སྟོབས་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 འཕྲེ་སྟོག་སྒྲར་མཐུད་པ། ། ཡོན་ཏན་རིན་ཐང་བུལ་བའི་  
 རིན་ཆེན་མཆོག་། གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་འོས་པ་གང་ཞིག་  
 ཅེས། ། སྒྲོ་མིག་སྒྲིན་པོས་བཙལ་ཡང་རྟོད་མིན་མཐར། །  
 གྲགས་སྐམ་ཆོན་གྱིས་བསྐྱར་བའི་དོ་ལུ་འགའ། ། རྒྱན་  
 མཚན་ཅེ་རུ་མཆོད་འོས་ཉིད་དོ་སྟམ། ། རོར་བུར་སྒྲོ་  
 བཏགས་མཚན་བྱང་ཕྱེད་བར་སྟེལ། ། ཆགས་སྤང་ཆོངས་  
 པའི་ནང་ག་ཤེས་མ་རྟོགས་པར། ། དམ་པའི་སྒྱལ་པར་  
 སྒྲོང་བའི་མིང་སྟན་ལ། ། སྐྱབས་བཟུང་འདི་ཡིས་བདག་  
 ཅག་མི་བསྐྱུ་ཞིས། ། ལྷགས་ལྟར་ཆོངས་པ་པལ་ནམས་



ཡིད་བརྟན་འཆམ། ། བཟང་བར་གཞེངས་བསྟོད་དངོས་  
 གྲུབ་སྐྱལ་བའམ། ། ངན་ལ་ཁྱུར་བསྐྱར་ཆད་ལས་གང་  
 ཡིན་པ། ། མ་འཆོལ་གནོད་སྦྱིན་ཆེན་པོས་གདོང་སྐྱལ་  
 མིང་། ། ཀུན་ལས་བཟུབས་ཏེ་གཅིག་པུར་སྦྱི་རོལ་  
 དབྱུང་། ། ངན་ལ་དྲག་པོའི་ཆད་ལས་མི་སྦྱབས་པོའང་། །  
 བཟང་པོར་མགོ་འདོན་རྒྱུ་རོགས་མི་ཐོན་པའི། ། གོ་མ་  
 ཆོད་ཀྱི་ཏེ་གནས་འདི་ལྟ་བུའི། ། མཆོན་ཏིང་མ་མཁུན་ཚུལ་  
 གྱིས་གོང་རྗེའང་དགྱེས། ། མངོན་པའི་གཟུགས་དང་མི་  
 མངོན་པེས་པ་ཡིས། ། འཕྱོར་མིན་དམན་པ་བདག་ལྟའི་  
 མིང་གི་འོས། ། དང་པོར་བྱས་པའི་ཡི་གེ་ཡུལ་སྟོངས་མི། །  
 སྦྱི་མགོན་ཞེས་བསྟོད་མ་ཆོར་གོང་དུ་མིང་། ། གྲ་རྒྱུང་ལྷ་  
 མའི་གཏམ་ཟེལ་འདི་འདྲ་ན། ། ལག་ཏུ་ལེན་ཅོམ་ཞུགས་  
 མི་འབར་བའི་གཟུགས། ། བསྟོན་ན་ནོངས་ཅན་བདག་ཅག་



ཅེར་རུ་ཞེས། ། དཔུང་ནས་མི་འཇུག་འཤེས་ལྟན་མི་སྤྱོད་  
 ལྟམ། ། གཞན་དུ་འཕྱོས་མི་ཐར་བ་སྐྱལ་བའི་འོབས། །  
 ཁོར་ཡུག་བསྐྱོར་བས་ཚུད་པ་དམན་པའི་ནད། ། ཡོང་ལ་  
 ཆེས་ཆེར་དྲིལ་བསྐྱགས་གཏམ་དང་ལས། ། མ་ཞུགས་  
 འདི་ནི་མེས་པའི་སེར་མེས་བཀག ། འོན་ཀྱང་རང་གཞན་  
 ནམ་སྤྱོད་དཔལ་བའི་ངོས། ། བདེ་སྐྱབ་མྱོང་བྱ་དཀར་ནག་  
 དེ་མའི་གཞུགས། ། མ་འདྲེས་ཐོག་མ་མེད་ནས་བྱེད་པོ་  
 ཡིས། ། ཡང་ཡང་བྲེས་པའི་ནམ་འགྱུར་བསྐྱབ་སྒྲ་མེན། །  
 གཞན་ལས་འཕགས་པའི་བྱེད་ཆོས་དབེན་ཞིང་དགོངས་  
 གཞི་དགོས་པའི་རྗེས་འགོ་བ། ། སྒྲིབ་བྲལ་ཡི་འཤེས་  
 གཞིགས་པས་གཙང་བྱས་བྱུགས་རྗེས་འོད་ཞགས་དམ་  
 པོས་འཁྱུད། ། རོ་མཚར་གཞི་བྱེད་སྒྲ་ན་བརྗོད་པ་ཕྱག་  
 ཏགས་ནོར་བུའི་ཅོད་པན་གྱིས། ། སྒྲ་དྲགས་གཙུག་ན་



མངོན་པར་བཅུངས་ཆོ་ཁུར་དང་མངོས་རྒྱན་ཆབས་ཅིག་  
 བྱུང་། ། དེ་ལྟའི་སྤྱིངས་ཡིག་མཁའ་ཡི་སྤྱང་པེ་ཡི། །  
 ཕྱོགས་གྱི་བུ་མོའི་དེ་ཁེར་བཟུང་བ་ན། ། ལྟུར་ལྟུར་ནམ་  
 བ་འཆར་བའི་ཚུ་ཁུར་གྱིས། ། ལྟེ་བའི་ནམ་ཉིག་ལྟུ་བ་  
 ཅེར་ཡང་འབྲེལ། ། ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོར་དབང་བསྐྱུར་  
 དཔལ་འབྱུར་འདི། ། སྤྱོད་ཞེན་ཅན་ལ་གྲུབ་འབྲས་མཐར་  
 བུག་སྟེ། ། ཟས་གོས་དགའ་སྟོན་ཕྱན་བུས་མཆོན་མེན་པ། །  
 འབད་བཅོམ་བྲལ་བའི་སྐུག་པར་སེན་པ་མཆར། ། སྒྲིམ་  
 པས་གདུང་ལ་ཆོམ་པ་མི་བྲོབ་ཅིང་། ། ཚུས་འབྱེར་བ་ལ་  
 ཚུ་ཡི་བརྟུང་བ་བཞིན། ། དབང་སྟོབས་འབྱུར་པར་རེ་བའི་  
 ལག་སྟོང་ལ། ། རྒྱལ་ས་ན་བདེ་བར་སྒྲིམ་པའི་སྒྲིམ་འདི་  
 ཅི། ། གྲིབ་མ་འགོམ་ལ་ཉེ་བའི་མཆོམས་མེད་དང་། ། དེམ་  
 གྲོས་ཡི་འཁོས་འཆར་བ་སྤྱ་མའི་གམ། ། འཕྱིན་ལས་བྱེད་



དེ་ཉིད་ཅེས་མཚམས་འདྲིན་པ། ། ཁི་དང་ཉིན་གྱི་ནོམ་པ་  
 ཉ་ཅང་ལྟ། ། ལྷ་མའི་ལྷ་དང་འབངས་གྱི་དངོས་ནོར་ལ། །  
 རང་གི་ཟས་སྤྱ་ལྟ་བུའི་སྤྱན་པོ་འགའ། ། གྲོས་ལ་དབང་  
 བའི་གྲོགས་སྤྱ་བལྟ་བ་འདིས། ། མི་གཙང་འགན་དྲི་རང་ལ་  
 ཅེས་མི་གོས། ། བདེན་དང་ལྷ་ག་ལྷོ་དགར་བའི་ལྷས་  
 ལྟོབས་ཅུང་། ། ལྷོགས་གྲུང་དཔུང་བྲལ་གདོང་ལྷོའི་ལྷ་གྲ་  
 དག ། རོངས་པ་ལྷན་མེད་གྲུར་པས་མཐུན་པ་ཡི། ། མི་སྤྱན་  
 གྲོག་མ་བསྐྱེངས་པས་འདིགས་གྲུང་སྤྱིད། ། བག་ཡོད་  
 བྲིམས་དོན་ལྷོགས་པའི་རྩ་བ་ལས། ། རིང་གྲུར་འཆོལ་  
 ལྷོད་འབངས་སྤོའི་ལྷགས་གྱི་བྲ། ། ལྷས་མེད་རྩི་བོ་བྲིས་  
 པར་གཏོད་པ་འདི། ། ཚུལ་གནས་ལམ་དུ་ཚུལ་མེན་  
 ཡོངས་མི་འཁེས། ། འོ་ཅག་འདིས་མནར་འདི་ཡང་དེས་  
 མནར་ཞིས། ། དེ་བས་སྤྱབས་ལྷ་བྱེད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ། ། ལྷ་



འཛིན་ཆེར་མལ་འཇུག་པའི་ཕྱོད་རེག་གིས། ། ཡིད་ལ་  
 དགའ་བ་ནམ་གུན་ག་ལ་ཡོད། ། རང་ལ་ཆེད་སྒྲུང་མེད་  
 བཞིན་མི་སྤྱོད་ལ། ། འཛིགས་པ་སྟེར་བའི་གཏམ་དང་ཆད་  
 ལས་ཀྱིས། ། རྩོད་ཁྱེད་ཁེངས་པའི་དབྱ་ལྷ་ཡོངས་སྤྱོད་  
 བའི། ། འདུལ་དང་སྦྱོང་བའི་མཐའ་ལ་མེས་པོ་ངལ། ། རང་  
 དབང་རྒྱ་འབྱུལ་ཅམ་ཡང་ཆེས་དགའ་བའི། ། ཁང་མིག་  
 ཡང་སྤྱག་བཟང་པོའི་བཅོན་འཇུག་པ། ། འདི་ལ་ཇེ་བོ་ཞིས་  
 པའི་མིང་སྟོན་ཅམ། ། ངལ་བརྒྱས་བཞེལ་བའི་མཐའ་མར་  
 གླ་རུ་ཡོད། ། རབ་འབར་ལྷགས་ཀྱི་ཁྱིམ་ལྟར་བདེ་མེད་  
 པའི། ། གནས་ལས་སྟེ་ཐག་ཆད་པའི་བྱ་བཞིན་དུ། །  
 འདོགས་ཐག་སྟོང་ཡང་བཅད་དེ་འབྲེས་རེགས་གུང་། །  
 ལས་ཀྱི་འཆིང་བར་དབང་པོའི་མཆོན་ཡང་རུལ། ། དེ་ཆོ་  
 རང་མགོན་གཙུག་ནོར་མཆོག་གིས་གུང་། ། གམ་ན་



གནས་པའི་ཉི་གནས་ཟུང་མངགས་ཏེ། ། ཅང་འཕེས་སྒྲིན་  
 འགྲོ་བདེག་པའི་སྒྲིས་བཟང་པོ། ། ཞབས་ཏེག་སྒྲུབ་དགོས་  
 ཞུངས་ཚུལ་དུ་གནང་། ། རབ་བཟློང་བཀའ་ཏྲགས་ཟུང་གི་  
 རྒྱུ། ། འགོངས་པར་དཀའ་བ་ཉིད་འཕེས་བཞིན། མངོས་  
 སྒྲོང་དགོངས་ཁྲོལ་ཞུ་བ་ལ། ། མི་སྣ་འདེགས་ཏེན་ནོར་  
 བཅས་བཟློངས། ། ཁི་སྒྲོགས་བྲལ་བའི་དོན་མཐུན་ཚོགས་  
 བཞིན་དུ། ། འདོད་འབྲས་མ་སྒྲིན་བང་མི་ལྟོག་པ་ན། ། ད་  
 ནི་དེ་དེ་བཞིན་ཞེས་ངོ་ཚོའི་གཏམ། ། སྒྲུ་ཕྱི་འགལ་བ་ཡི་  
 གའི་ཟོལ་གྱིས་རྒྱ། ། རིང་ཞིག་བཏགས་ཏེ་དྲིགས་པས་  
 འབྱིང་བ་ཉིད། ། མི་སྣ་སྒྲུ་བོར་བཟློང་མེད་བྲེལ་འཚབ་  
 ཅན། ། འབྲལ་ལ་རྒྱ་འབྲལ་དགོས་པའི་རྒྱབ་འདོད་ལྷག །  
 དུས་གྱིས་གཏུགས་དང་དམ་སྒྲོམ་སྒྲུང་གིས་བྲས། ། བྱ་བ་  
 ལམ་དུ་སྒྲོང་བ་བསྐྱོད་ནམས་ལ། ། དག་ལས་བསམ་པའི་



ཚོགས་ཀྱི་ཞིང་མཆོག་ལ། ། བསམ་པ་ནམ་དག་རྣམས་པའི་  
 རྒྱ་མཐོང་ཞིང་། ། རྟོང་པའི་མེད་ལས་འབྲས་བུ་སྒྲིམ་པའི་  
 བརྒྱབས། ། དབང་ཕྱག་ལ་འོས་ཆས་གོས་གཡོག་འཁོར་  
 མོགས། ། དབང་རྟགས་དང་བཅས་ཕྱོགས་སུ་བགྱོད་པ་ན།  
 ། དབང་གི་གཟི་བྱན་ལ་བརྟེན་བསུ་བའི་ཚོགས། ། དབང་  
 པོ་སུམ་ཅེན་གནས་སུ་རྒྱ་བཞིན་མཛེས། །

དེ་ནས་སྒྱུ་ལོ་༡༩༣༩དགར་པའི་ཞེས་པ་ས་སྒྱུ་ལ་  
 སྒྲར་ཅེས་པ་ནམས་ལོ་འགོར་ངོས་འཛིན་ཉིན་བྱེད་དབང་  
 པོ་ལྷག་བྱིམ་དུ་སྒྱུད་པ་འདོད་སྟེར་ཞག་གི་ཕུང་པའི་  
 དགར་ཕྱོགས་དགའ་བ་དང་པའི་རིས་གཟའ་མཛེའ་ལྟའི་  
 བྱོགས་པོ་རྒྱ་སྒྲར་རྒྱས་བྱེད་ལྟ་མོ་ལ་ཅེ་བ་འཆི་མེད་བདུད་  
 ཅེའི་སྒྱུར་བ་འཕྲོད་ཆེན་དབང་པོ་བཅས་ཆེད་དུ་བསྒྲིགས་  
 པའི་འབད་ཅོལ་ཆེར་མ་དགོས་པར་རང་འབྲགས་ཀྱིས་



འཕྱད་པའི་ཉི་ཤེས་སྒྲ་ཆར་མདོ་སྒྲི་སྒྲན་ཁབ་སྒྲིད་པའི་  
 མདུན་དུ་བཅད། དེད་གྱི་མིང་ཐོག་སྐུལ་བའི་ཕྱག་རྟགས་  
 བསྟན་ཏེ་བྱོད་རང་ལ་གོང་ས་ལྷ་མིའི་ནམ་འདྲན་ཆེན་པོའི་  
 སྒྲིབ་བྲལ་ཡེ་ཤེས་གྱི་གཟུགས་པས་བྲག་སྒྲིའི་ཕྱག་  
 རྟགས་རིན་པོ་ཆེ་སྐུལ་དགོངས་གཞུང་སྒྲིའི་བསྟན་ལར་  
 སྒྲན་པའི་ལྷག་སྒྲོ་ཟབ་བསྒྲིད་ངོས་བྲིམས་གཉིས་གྱིས་  
 མངའ་འབངས་བདེ་བར་སྒྲོང་དགོས་ལྷགས་སོགས་སྒྲི་  
 ཞབས་རང་དེ་དོན་ཕྱག་བསྟར་ལེགས་པོ་གནང་གི་ཡོད་  
 དམ་ཞེས་འདྲི་བར་འདོད་པའི་བཀའ་བསྟར་རགས་བསྟུས་  
 ཅུམ་ནོད་པ་དང་འབྲེལ། གཟུགས་འགག་ཏུ་གསེར་ཞུན་  
 གྱི་མདངས་འཛིན་པའི་ལས་གོས་གྱིས་བསྒྲུབས་ཏེ། ཉམ་  
 རྒྱུ་བདག་ལྷ་བྱུང་བོང་བ་གསེར་གཟུགས་གྱི་འཕགས་  
 མཆོག་གྲུ་གཟུངས་བདག་པོས་མཁྱེན་བཙུངས་དགྱེས་



དགོངས་བྱག་སྒྱི་དར་ཅན་གྱི་གོ་སར་གཟེངས་བསྟོན་  
 བཀའ་དྲིན་བྱགས་ཇི་ཆེ་ཞུས་ཡང་ཐོག་ཏུ་ཁ་རྩབ་ལ་  
 ཐྱོགས་པར་ཡན་ལག་ལྔ་ས་ལ་ཐབ་པའི་གུས་བྱག་སྟོན་  
 ཏུ་འགོ་བས་ལྟ་ཇོས་ནང་མཛོད་སྟོན་ཏུ་ཕྱི་བ་འབྲུལ་བ་  
 དང་། ལྟན་ཅིག་ལེགས་སའི་མགྱོན་དར་གནང་ཞིང་། སྒར་  
 ལས་ཕྱང་འཕར་གདན་བཟོས་དང་། ཅེན་འབྱུང་དཀར་  
 སྟོའང་བསྐྱབས། དཔྱིད་དཔལ་གསར་ཏུ་བཞད་པའི་དགོ་  
 མཚན་གྱི་མ་མ་ཆར་གྱི་རྒྱན་བཟང་པོས་ཀྱན་བཟོད་གྱི་  
 གཞིར་ཆེད་ཏུ་བྱེདོར་སྒྱུ་མ་མཛོས་གཟེ་མདངས་བསྐྱབས་  
 པ་སོགས་གནམ་པ་ནི་ལེགས། མེམས་གྱི་འབྲུ་བ་འདི་ནི་  
 ལ་སྒྲིང་གི་དར་ལྗོན་རྒྱུ་གིས་བསྟོན་པ་ལས་ཀྱང་འབྱུར་  
 ལྗོན་སྟོན་པས་སྐབས་འདིར་སྟོ་སྟོད་གྱི་སྒྲིང་བས་སྟོག་  
 འག་ཏུ་ཅེན་འབྱུང་དཀར་སྟོ་ལེགས་དར་ཐོག་ མདོ་སྟོ་



ཉིད་དབུས་བོད་ཆབ་མི་དཔོན་མིང་ཡོད་པལ་ཆེས་བྲི་  
 གྲེས་བྱང་། ཆོས་འཕེལ་གྱི་མདུན་ཐོན་ཕྱག་ལ་བཅར།  
 མགོན་ཆེས་གཙོས་ལས་ཚན་མཉམ་བུའི་ནམ་པ་བཀའ་  
 འགག་གམ་ལས་བྱ་ཁང་ནས་མཛོད་པའི་ངག་བཞེད་དང་  
 ཡེན་དགོས་པའི་བཀའ་བསྐྱར་སྤྱལ། ཆབ་མདོ་དགོན་ལྷ་  
 ཁང་ཁག་ཏུ་མཛོད་མཇལ་སང་ཞིང་། ཆོས་ལ་ཉིན་ཆབ་  
 མདོ་ནས་ཐོན། ཕྱི་ཉིན་གདོང་ཞོང་དུ་སླེབས། ཆམ་ནད་  
 དང་ལམ་བཞེད་ངལ་དུབ་གཉིས་བསྐྱོངས་ཉིན་འགས་ངལ་  
 མ་བསོས་པར་འབྱོལ་རེ་བྲལ་བ་ལྟར་བྱང་རྒྱ་ནག་ཟླ་  
 བརྒྱད་གཏོར་དུས་ཆེན་མཛོད་སྒོ་དང་། ཕྱི་དང་ནང་གི་བྲི་  
 འདོན་གཟུང་སྒྲུང་དུས་ཆོས་ཁང་བཅར་བཅས་གྲེས་སྡོད་  
 དབང་བྲལ་ཏེ་རང་གནས་ལས་ཐོན། ཆོས་ལ་གཡལ་ཉལ་  
 དུ་དཔོན་འགོ་ལས་ཚན་སྒྲུ་མ་ལས་སྡེ་པལ་ཆེ་གཟབས་



འཕྱོར་གང་ཟབ་བཅས་ཐབ་བསྐྱར་འཕྱོར་བ་ཐེང་བསྐྱར་  
 དཔྱེན་འདུམ་མཛེས་བཅུ་ཉེ་ཁང་པར་འཕྱོར་ཞིང་སྐྱབས་ཇེ་  
 མདུན་ཕྱག་འབྲུལ་ལ་བཅད། གདོང་ཁོང་དུ་བརྒྱད་གྲ་ཟླ་  
 འཁོར་དང་། ཆེས་སྦྱང་ལྷོག་དུ་བརྒྱད་གྲས་གཟབས་  
 གསེལ་ཉིན་བདུན། དེ་ཆེན་ནམས་སྐྱ་བརྒྱན་བསངས་བྱེད་  
 དེ་མང་དག་ཆེད་མངགས་བཅས་ཆེས་དེ་ཉིན་གཟེམས་  
 རྒྱུ་བྱི་འཛིན་གྱི་ཁུལ་བྱས། མཛོད་པར་བྱི་འཛིན་སྐྱབས་  
 ཟླ་བྱང་གི་བྱི་ནང་ལས་ཆོན། དཔོན་ཁག་ཟླ་བྱང་དགོན་སྡེ།  
 མི་དྲག་བཀའ་གཏན་བདག་པོ། སྡེ་འབངས་བཅས་ནས་  
 སྐྱར་ལམ་བྱི་འབྲུལ་དེབ་དོན་འཁོར་ཆེ་བསྐྱ་ལམ་དེ་དག་  
 ཟླ་བྱང་གཞུང་དུ་འབབ་དགོས་ཤིག་ཡིན་པར། བར་  
 སྐྱབས་དང་བསྦྱོར་དོ་དགས་འབྲུལ་བ་བྱེད་མི་ནམས་གྱི་  
 འབབ་ཡོང་སྒྲེར་བདག་ཟུར་འཕྱེན་བྱ་བྱེད་ནང་གི་བྱི་འཛིན་



ཟེར་བ་ཞིག་ཆེད་བཟེས་ལམ་སྒྲིལ་དེ་ལྟར་ཡང་། དེད་ལ་  
 རང་གི་ཁྱི་འབྲུལ་ཁོངས་བྱུང་དངུལ་དཀར་ཉམ་རྩི་ཉི་ཤུ་  
 ཐམ་པ་གཙུག་ལག་ཡང་ཐོག་གསེར་ཟངས་གཞིར་དང་།  
 རྒྱལ་མཚན་ཆ་གཅིག་འཇུགས་དམིགས་ཡིན་ཞེས་གཞུང་  
 འབྲུལ་ལྟག་བསམ་ནམ་དག་གིས་རྒྱས་བཏབ་པར་གཟུར་  
 གནས་ནམས་མཆོག་ཏུ་དབྱེས། འགའ་རེས་བྱབ་རྒྱུ་ལྟ་  
 བུར་མཐོང་འདུག་རུང་ལེགས་བྱས་ལམ་དུ་རྒྱགས་པ་  
 བསེད་ནམས་ལ་རག་ལས་པར་གྲགས་ཤིང་། དེ་སྤྱི་བོན་  
 མིན་མ་ལྟོས་དགེ་འབྲས་རྒྱུ་མི་བ་ག་ཤིས། དངོས་ཞེན་  
 ཅས་འབྲས་ཅན་ལ་དངངས་པ་རྒྱུ་ཟད་སྟེར་བར་བྱས་སོ།  
 ཆོས་་ སྤེས་གཟའ་སྒྲུང་བའི་ལུ་བྱུང་བྱེད་སྒྲུར་མེ་བཞིའི་  
 ཁྱི་ལ་བཞུགས་པའི་འཆི་མེད་འབྲུབ་པའི་སྒྱུར་བ་སོགས་  
 ཆེད་བསྒྲིགས་གཟའ་སྒྲུར་ཤུན་ལུ་མ་ཆོགས་པའི་ཉིན་སྔ་



ཆར། མི་མཐུན་ཉེས་ཀྱན་སེལ་བའི་ཕྱོགས་སྤང་ལཁོར་ལོ་  
 སྒོན་དུ་འགོ་བ་བླ་ཕྱིས་པས་སྒྲི་དངས་ནང་མ་ལས་ཚན་  
 ཁག་ཕྱིའི་ལས་བྱེད་ཏེ་ཟམ་འགོ་ཁྲིས་མི་དྲག་སྒྲི་འབྲུས་གྱི་  
 ཚོགས་སྒྲིས་རེངས་མཆོད་ཁྲིས་ཐོགས་པས་མདུན་བསྐྱས་  
 རང་གནས་ནས་དལ་གྱིས་རྒྱ་ཞིང་བསྒྲོད་དེ་ལྷང་སྒྲིང་འཆི་  
 མེད་དགའ་ཚལ་ཤུན་ཚོགས་འདོད་རྒྱ་འབྱེལ་བའི་ཆོམ་  
 ཆེན་དུ་འཛིགས་མེད་གདོང་ལྡེའི་བྲི་ལ་གོང་ས་ཏེ་ཐོག་ཕུ་  
 ཆེན་པོ་གསེར་གྱི་ལྷན་པོ་ཉི་མ་བྱེ་བའི་གཟི་བྱན་འབྱུང་བ་  
 བཞིན་མངོན་པར་བསྟེ་བའི་མདུན་ཉན་གསུམ་དགུ་ཚན་  
 སོགས་སྤར་ལམ་གསར་མཇལ་ཞུ་སྒྲིའི་འབུལ་བ་སྒོན་དུ་  
 འགོ་བས་བྱི་ནང་ལས་བྱེད་རིགས་དྲུང་ཇར་ལཁོད་པའི་  
 ཐོག་བཀའ་བསྐྱར་དང་བྱེད་སྒྲིའི་ལག་བྱེད་སྒྲུ་དངོས་ནས་  
 ལྷལ་ཞིང་བྱེ་རུའི་ཏོག་ལྷན་གསེར་ཐེབ་དང་། རྒྱན་བཞིའི་



ཏུ་གོ་ཇོ། འཕྱར་གྱི་མ། གཟན་འགམ་སྟོང་འགག ཏུ་སྒྲ་  
 འཁོར་སེགས་གསེལ་གནང་བྱ་ཆེ་བྱ་ནེམ་ཐོག དཀར་སྟོ་  
 བྱ་ལྟོག་བརྒྱད་སེགས་ཏེན་འབྱུང་གི་ཇུས་ཡིན་ཆོམ་གྱིས་  
 མདུན་ས་བྱུར་བྱུར་བཀང་བར་ཡོངས་སྟུང་། ལས་ཐམ་གྱི་  
 སྟོར་དང་གོ་འཕོ་གང་སྟོང་ལྟེ་མིག་ནམས་བཞག་པའང་  
 ཅིས་སྟུང་ཁུལ་བྱས། དེ་ཇེས་གོང་ས་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་ཐོག་  
 ཏུ་གདན་དྲངས། ཏེན་གཙོ་སྟོལ་མ་གསུང་བྱོན་དང་ཐུབ་པ་  
 ཆོས་སྟོང་བཅས་པར་སྟན་འགལ་འདྲོད་གསེལ་ཐམ་ཡུང་  
 གྱིས་སྟུས་པ་ཡུལ་ཞིང་གསེལ་སྟོན་དང་། ཆོས་སྟོང་ལྟོག་  
 ཏུའང་ཏུ་རགས་ཟབ་རྒྱས་བཅས་བྱོན་ཅིང་ཐམ་ཡུང་སྟན་  
 འགལ་ཆོགས་བསྟུང་བྱས། སྟར་ཆོམ་ཆེན་དུ་བསྟོད་ཕྱི་ནང་  
 གི་ཁྱི་འབྱུལ་དགྲ་ཚན་གྱི་དངོས་པོས་གན་མཛོད་ནམས་  
 གཙོད་སྟོན་མིག་སྟུའི་ཕོ་བྲང་ལྟར་གྱུར། ཆབ་སྟེ་དར་ཏན་



དང་ཡབ་གཞིས་ནས་ཁྱི་སྒྲིལ་ཡི་གེ་བེ་ལྷན་ཅན་བྱུང་བར་  
 མེ་མེའི་ལན་ཆོག་ས་སྤུ་བཅུད་པ་རེ་བྲེལ་བེང་ངང་  
 བཙུམས། མར་གནད་ཚུམ་པ་བྱེད་ས་གསར་བཞེད་སྒྲིལ་  
 ཡང་སྤུམ་བེད་མཁྱེན་བཙུ་གོང་མའི་ཆབ་འཁོག་ལས་  
 བའལས་པར་སྤང་ཞིང་། མི་སྤྱོད་གོན་སར་བའལེར་དཔོན་  
 ཐོན་རན་བྲེལ་བེང་སྤང་ཁེལ་ལན་གྱི་ཆོག་ཁ་འལས་བྱུང་  
 དེར་གཞི་བཙེལ་གྱི་ཚུལ་འདྲ་ཅམ་ལས་མཁས་པ་མགྱ་  
 བའི་ལེགས་བའལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། ཆོས་  
 ༡༤ ལ་གཏེར་ཁང་དུ་གྱི་ཡི་ལས་ཚན་འགོ་ཁྲིམ་ལག་བདེ་  
 དགོན་སྤེའི་མི་སྤྱོད་ཡོངས་ལ་མགོན་བརྒྱུད་དགོ་བྲིམས་དང་  
 འབྲེལ་བག་ཡོད་ཚུལ་མཐུན་སྤང་དེར་ཡིན་ལུགས་སྤྱོད་  
 པ་དགོས་སྤྱི་བཀའ་བསྒྱུར་མཛོ་པོས་བྱ་བྱུང་གི་གདམས་  
 པ་བསྒྲན་ཅིང་། ཅི་མངགས་དང་ལེན་ཞུ་བའི་གན་རྒྱ་འབྲུ་



མེ་ཆེ་བླངས་། ཆོས་༡༤ ལ་ནང་མ་ལས་ཚན་ཆོར་ངེས་ནས་  
 གཟིམས་རྒྱུ་བཀའ་བསྐྱུར་བཏང་ཞིང་གཉེན་གཞི་བཟུང་  
 གཞིག་གི་ལམ་ལུགས་སྤྱོད་བཏོན་ཡོང་ཆེད་འབད་བཅོམ་ཆེ་  
 བསྐྱེད་བྱས་སོ། ཆོས་༡༥ ནས་བཅུ་མས་ཐུགས་སྦྱོར་ཉན་  
 བདུན་ཚུགས། བདེ་སྤྱད་སྤྱོད་ཞུ་སྟེགས་འགའ་ཤེས་ལས་  
 ཐམ་ཕབ་པ་ཡོད་ཀྱང་། མདུན་དྲུ་ཆོས་བཀའ་དེབ་ཞིབ་ཐུ་  
 འགོད་འགག་ཏུ་བྱས། ཡུལ་དུས་ངེས་འགའ་བ་དང་  
 མངོན་ཚན་ཅན་ཁ་འགས་མ་གཏོགས་བྱིངས་དེབ་འཁོད་  
 མ་བྱུང་བར་སྤྱང་། ལས་ཐམ་བཀའ་འཁོག་སྟེར་བའི་ཐོག་  
 མ་ཆོས་༡༦ ལ་གཙང་སར་དགོན་པར་དྲུ་སྟེང་གཉིས་  
 གྱི་ས་ཞིང་སྟེར་འཇགས་ཞུས་པ་སྐབས་དེར་བྱ་བ་བཟང་  
 དེ་ཞིག་ཏུ་བཅུ་མ་པ་ཉ་བསད་བྱི་ལ་དགེ་བ་བྱེད་པའི་དཔེ་  
 དུ་སྤྱང་། ཆོས་༡༧ ལ་ཆོགས་འཁོར་བཏང་བ་ཕྱིས་གྱི་བར་



ཡར་མར་ཆེས་བཅུ་གུན་དུ་རིགས་འབྲེལ་ཞིང་བྱི་ཉིན་<sup>༡</sup> བོང་  
 ས་ཆེན་པོ་དང་མཉམ་པོར་ཕེབས་བསྐྱོད་སྐྱ་བཅར་ཆོར་  
 གུན་སྐྱོད་བག་ཡོད་ཚུལ་མཐུན་དགོས་ཚུལ་མགོན་བརྒྱད་  
 བཀའ་བསྐྱུར་སོང་། ཆེས་<sup>༢</sup> སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་  
 དབྱར་བསེལ་ཁ་ཡུལ་དགོན་དུ་ཕེབས་པར་གཡལ་ཉལ་  
 མདར་ཆིབས་བསྐྱེལ་ཞུས། དངོས་ནོར་གྱིས་ཉོས་པའི་  
 འཛིན་ཡིག་བདག་པོ་མི་དྲག་འཕྱོར་ལྡན་བཟ་ལག་མཁན་  
 ཆོས་བྱི་ནང་འབྲི་ཁལ་སྐྱབ་འཐེན་ཞ་ཆག་གྱོང་གུན་མི་  
 སེར་ཉམས་དམན་ཐོག་འཕྱོར་འགེལ་འོས་མིན་ཆེ་ཙམ་  
 ཡོད་གློང་བཅས་ས་ལྗེའི་ཆེས་ལ་ཚུ་སྐྱུལ་ཞིབ་མཆན་  
 གྲུབ་པ་ཡུང་། དེ་བྱིངས་ཅེ་འོད་གྱི་བཀའ་དམ་དམར་ནག་  
 ཡོད་དེ་ཅིག་སྐྱན་ཞུར་འཕྱོར་དགོས་པའི་འགོ་ཁག་སོ་  
 སོར་བཞོད་ཡིག་བཟམས། ལྷ་ལྡན་དུ་དབྱིངས་ས་ཅེ་



འཕྲོ་དཀྱིལ་བཀའ་འགྲུབ་ས་དབང་རྣམ་པ། བྲག་ལྷུང་ཕྱག་ས་  
 རང་དགོ་ཡུལ་སྐྱེད་ཀྱི་ཁག་བཅས་པར་གསར་མཇལ་ཞུ་  
 ཡིག་བཅོས། ཆོས་༡༠རྒྱུ་ལྟོ་བ་ཕུན་ཆོག་ས་བཟླ་འཕྱིས་  
 ཉེས་བརྒྱུ་འཕྲོད་ཞུས་ཕྱི་ཉིན་དེ་དང་། འཛིངས་ཕྱིད་ཕྱིད་  
 གཏེ་ཨོ་དཀར་རྒྱུ་ཡིག་གི་གཡོག་ཀྱི་བཅས་ཆོག་ས་  
 ཆེན་ཆབ་བསྐྱམས་པ་བརྒྱུད་ཞུ་ཞིབ་གྱིས་ཀྱི་ཉེས་  
 གཏེ་བཅོས་པ་དཔོན་ཁག་གཡོག་རིགས་བཅས་ནས་  
 དམངས་ལ་རང་མཆོམས་ལག་འཕྲོགས་གྱི་ཉེས་སྐྱོད་ཕུན་  
 བྱ་འགོག་ཁུལ་ཇོ་བཟང་བཏེན། ཆོས་༤འཕྲོད་ཆ་གཏེན་  
 འཕྲོག་དང་ཨུར་ལས་སྒྲོར་གྱི་བཏོད་པ་སོང་ཞིང་དགོན་  
 ཐོག་ཨུར་ལས་སར་བསྒྲོར་གཡོང་བཅོས། ཆོས་  
 ༡༢གསར་མཇལ་འབྲུལ་མི་ཕུར་ལྷ་ལྷ་སར་ཐོན། ལྷ་  
 ༤ཆོས་༤མཆོད་འབྲུལ་དང་བཅས་ཐོག་ཆེན་གསེ་སྐྱོད་



སྒྲངས་པ་དུས་བཟང་ཁག་ཁ་འགས་ལ་རིགས་འགྲོ། ཆོས་  
 ༡༡སྒྲོར་འོ་ཕོར་ཕུ་གྲོ་ཁུལ་ཁ་ཞེས་པའི་སྤང་ལྗོངས་  
 ཉམས་དགའ་བ་ཞིག་ཏུ་ངེད་དང་ལས་བྱེད་ནམས་སྒྲོ་  
 སངས་ལ་ཕྱིན། ཆོས་༡༢ ལ་སྤྲར་དཔའ་བྲག་ས་ཕྱོད་  
 སྒྲུབས་མཆོག་ལ་གོང་གསུམ་མཆོན་པའི་ས་ཆ་ཁ་འགས་  
 དཔའ་སྒྲར་འཁོར་ཞིང་། སྤྲར་འགོ་རྒྱན་ཆོ་བའི་དཔྱད་ཁྲར་  
 འཁོད་རྩྱལ་ཆབ་ས་ཡེ་རོང་བྲག་སྒྲར་སྤུལ་བ་ཆབ་སྒྲ་ནད་  
 མི་བྲེགས་པའི་སྤང་བསྒྲངས་སྤྲར་ནས་ཡོད་འདུག་བཞིན།  
 སྒྲུབས་འདིར་མདེ་སྒྲོ་མདུན་གྱིད་ཞུ་བྲས་པར་ཅི་ཡིན་རྒྱ་  
 རྒྱུན་ཞུ་བར་མི་ངེ་ངེ་ཆོད་འཕུལ་རྒྱེད་དགོས་ལྷགས་སྒྲོན་  
 སྒྲར་བཀའ་རྒྱ་ཕེབས་དགོངས་ལྷུར་གཉིར་པ་དོན་གྲུབ་  
 ཆོས་འཕེལ་མི་སྤྲར་བལྟངས་སོ། གོང་ས་མཆོག་དབྱར་  
 གནས་ནང་གི་དགུ་གཉོར་འཆམས་གཟིགས་ལ་ཕེབས་



འདུག་པ་བཞིན་ཆོས་༡༧ དབྱེན་འདུམ་དུ་སྒྲེབས། རིན་པོ་  
 ཆེ་སྒྱུ་དངོས་གར་འཆམས་དེ་ཇི་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་སྒྱུར་  
 བཞིངས་པ་མངལ་ཞིང་། བྱི་ཟླའི་ཆོས་ལྡར་ལའོར་བཅས་  
 སྒྲུར་བྱ་ཡུལ་དགོན་དུ་ཕེབས་པར་གཡག་ཉལ་མདར་  
 ཆིབས་སྒྱུལ་ཞུས་སོ། དེ་ནས་ལའུར་འགན་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་  
 སྒྲོན་དུ་སྒྱུབས་དེ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་སར་དབྱ་བྱོལ་ཕེབས་  
 སྒྲུབས་སྒྲ་བྲང་བྱག་གཉེར་རང་ནས་བྱ་ལོན་མང་པོ་ཞིག་  
 བྲང་དགོས་བྱུག་པ་དང་། དེ་ཇིས་ལས་མངུག་བསྐྱུ་བར་  
 ཆེད་འཇོག་ནང་སེ་ལྷེ་འཆང་ཆེ་དབང་རབ་བརྟན་ནས་  
 སྒྲེར་གྱི་བྱ་ལོན་ཡོར་ཆེ་གཡས་ལེན་གཡོན་འངལ་བྱ་བྱིར་  
 ཕྱི་གཟིམས་རྒྱུང་། འཕྲལ་བདེ། རྣམ་གན། སྒྲ་བྱག་སོགས་  
 ལས་ཁུངས་ཆེ་གཉན་གང་ཡིན་བདམ་བསལ་ལས་བྱག་  
 སྒྲ་དོ་བདག་དང་། ཁག་ཐེག་གདན་ས་ཕན་རྒྱུན་ཉག་པེའི་



མིང་འཁོད་བྱ་ལོན་སྒྲེས་མི་འབྱུང་པ་སྒྲངས་ནས་ཕྱིར་  
 བསྐྱོད་སྐབས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཁོང་དང་འོ་ཕྱིར་མགོན་  
 གན་མི་སེམས་གཅིག་པར་སོང་བ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་  
 ནས་གཡས་ཁག་གཡོན་དགྲིས་སྐྱོད་འབབ་དུས་སྐྱོད་མ་  
 བྱས་འགྱངས་ཆད་འབྲི་ཞིང་། སྐྱོད་འགྱངས་ཇི་འདིད་ཆེ་  
 བས་སྐྱོན་ཕྱངས་ལྷ་སའི་བྲག་གཡལ་མི་སེར་འགོ་བྱུང་  
 ནམ་རྒྱུན་འཛང་ན་ཆེས་ཆེའི་དཔོན་གནས་གས་གྱང་། འདི་  
 སྐྱོར་སྐྱོད་མི་ཕོད་པའི་གནས་གྱུར་དང་། སྐྱོར་བྱུན་གཞན་  
 ལ་འཕྱོར་འགོལ་བྱས་པ་ལས་ཚན་ཆེ་ཕྱས་སེམས་གསལ་  
 རྟོག་ཏུ་འཕྱ་འབར་ཆེ་རུང་། རང་སོ་ཚང་ལྷ་རུང་བརྒྱུད་  
 དཔོན་ཁག་སྟོང་ཁྱངས་དང་། ལྷེ་འཛང་རང་ཡང་ཁ་  
 གཏམ་དཔའ་སྟོང་ངན་གཡོ་འདུལ་སྐྱོད་གང་ཅི་ཁུལ་  
 འདིའི་ཡང་ཅེའི་གས་མ་ཟད། བར་སྐབས་རང་ཁོངས་



དཔོན་ཁག་གི་བླ་མ་དང་། སྐུ་ལ་སྐུ་ནང་སེན་ཁམས་སྟོང་  
 སྐུ་ལང་མེད་མཚམས་སྟུབས་བསྟུན་སྟོ་བྱུང་སྐུ་བཅད་ལས་  
 ཚན་ཆེ་ཁག་མགོན་གཉིད་གོ་གནས་ཞུས་སྟོན་དངོས་སྐུ་  
 སྐུས་གྱུང་སྟོང་ཙམ་སྟོབས་མིན་ལ། སྐུ་ཉིད་མཛོས་བཅུ་  
 བས་དེ་ལས་འཛོག་སྟོས་བཟོད་བྱལ། ལྟ་སར་སྟོང་རིང་གི་  
 འགོ་སེང་ཕྱིས་རྒྱགས་བྱ་བཅུག་གཞུང་སྟེར་བྱ་ལོན་  
 མཚམས་དབྱེས་རང་ཐོབ་འདིད་དྲག་མཛོད་ཕྱིས་ལའང་  
 སྐུ་ལ་རལ་ཉག་རྒྱུང་ལས་མེད་སྟུབས་མཛོད་དགའི་རང་སྐུ་  
 ག་ཤེགས། དེད་ལ་སྐུ་མཛོད་ཕྱག་རྟགས་ཕེབས་ནས་  
 བཟུང་ཐོག་མ་ཉིད་ནས། མགོན་ཆེན་ཁྱི་མདུན་དབྱུག་རྒྱུ་  
 བེར་ཀ་ཡིན་ཚུལ་དགའ་ཉེ་ཁག་མགོན་གཙུག་འདི་དག་  
 རྟོ་བྱིས་སྐུ་ངེས་ཡིན་པ་ཤེས་བཞིན་འཁུར་སེམས་རྒྱན་དུ་  
 ཡོད་ཐོག སྟུབས་འདིར་བྱ་ལོན་འཕྲལ་དུ་བདག་སྟོང་མ་



འོངས་ཕྱིན་ཉིན་རེར་འགྲངས་ཆད་ཀྱི་ཐམ་དེ་རེ་འཕྱི་ལྷགས་  
 ལྷ་སྟོང་དྲུང་ཡིག་ཆེ་རེར་རྒྱལ་མཚན་ནས་སྦྱབས་སྦྱག་  
 མདུན་ཞུ་ཡིག་ཤུལ་བར་བཏེན། བློ་འདོན་སྦྱབས་ནས་ནང་  
 མའི་བྱན་སྟོར་སྦྱ་བྱང་ལ་གྱུང་འབྲི་ཆེ་བས་ཞིབ་དཔྱད་དཔྱེ་  
 བས་ལ་དགོས་ལྷགས་ཡང་ཡང་དང་། བླ་དགོན་ནས་གྲུང་  
 བསྐྱར་ནན་གསུང་བྲིས་ཐེབས་དོན། མགོན་ཆེས་སྦྱ་བྱང་  
 གཞུང་དོན་ལ་བཏང་ལྷགས་སྦྱི་མཛོད་གོང་མར་ཕྱིས་  
 རྒྱགས་བྱས་པའི་ཕྱིས་བླ་བཙུལ་ཏེ། དེ་དོན་བཞིན་ཆགས་  
 འཛིག་འོས་མིན་ལས་ཚན་དྲག་གས་མཛོས་བཙུ་དཔོན་  
 འཆི་མེད་དང་། ཡུལ་བྱ་ལྡེ་འཆང་སོགས་དང་གོ་བསྐྱར་  
 ལ། ཁོང་པས་སང་ཐོར་ཇི་བཞོད་ལྷར་ཆོད་བལྟས་ཞིབ་  
 དཔྱད་གནང་རྒྱ་ལུས་པའི་བྲིན་བྲིས་ཅམ་ལས་ཏེ་བག་གོ་  
 འཛོལ་ཆེ་ལྷགས་བེར་ཡང་། དངོས་སུ་ཁ་གསལ་མི་



སྒྲེབས་འདུག་ཅིང་། ཕྱིས་ཐོར་བབས་འོས་མེད་པ་དང་།  
 གྲངས་ཀ་ནོར་བ་མངོན་མཚན་ཅན་མང་ལམ་ཅམ་བལྟས་  
 གྲང་གསལ་པོར་མཐོང་མེད། བསྐྱར་ཞིབ་བྱ་བྱུལ་རྒྱས་  
 མེད་ཆོད་དཔྱད་རྟོག་འཛིང་ཁོ་ནའི་རྒྱ་ལས་གྲུབ་འབྲས་  
 མངོན་དགའ་ཕྱིས་ཁ་སྒྲོན་མར་ཆགས་འཛིག་བཛྲོད་  
 གསལ་ལྟར་གྱི་ནང་སེས་རྒྱུར་བསབས་དགོས་རིགས་  
 འགན་ལེན་ཞུ་བཀའ་བྱས་པར། མགོན་ནས་རང་གྲུབ་ལྷ་  
 རྒྱུ་པ་ཆོའི་སྐྱ་འདྲ་ལི་མ་མི་ཚད་ཅིག་མཆིས་པ་བྱན་  
 ཁོངས་འབྲུལ་བཞེས་ཆོག་ལྷགས་གོང་ཞབས་རིན་པོ་  
 ཆེས་ལྷ་ས་ནས་སྐུལ་བའི་ཕྱག་བསྐྱར་བཀའ་འཛིན་མིག་  
 སྟོན་དང་འབྲེལ། ཀའུང་དོན་ལྷ་སར་སྒྲོད་རིང་ལྷེ་འཆང་ངོ་  
 འཁོར་ལྷའི་བྱས་པོགས་ཐོག་ ལི་སྐྱ་བྱན་ཁོངས་ཡོག་པ་  
 ཟན་བསྐྱེལ་གྱིས་བཞེས་གྲུབ་ཞུ་བར་དེ་དག་ངེ་ལྟར་གནང་



འགའ་བསྟན་ཕུལ་ལ། གོང་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་  
 ཕྱོགས་ནས་དབྱེ་མི་མཁྱེན་ནལ་འབྱེར་པའི་ཚུལ་བཞེས་  
 ཅམ་ལས། དོན་གནད་དབྱེར་ས་ཆེད་མེད་པ་ཅི་ལ་སྤྱི་  
 ལྟབས། ལི་སྒྲུ་འབྲུལ་ལེན་འབྲུས་འཇོན་དེ་བཞིན། རྟེ་  
 དཔོན་ཁག་ལ་ཕྱག་གཉེར་ལས་ཁུངས་པན་ཚུན་ནས་སྒྲུ་  
 འཇོན་གཡར་བསྐྱེ་བྱས་རིགས་ཆད་བཞག་བྱུན་རྟེད་  
 ཁོངས་ལས། ཁོ་པས་བྱིས་སྤྱུ་བྱུ་ལོན་གསར་གཡོ་བྱས་  
 ཁོངས་འབྲུལ་ལེན་ཆོག་པའི་བཟོད་ཆོག་མེད་པ་མ་ཟད་  
 འཇོན་སྤྱད་དུས་ཆོས་བྱིས་བྱུང་འཤེས་རྟེན་གས་ཡོང་གནས།  
 རང་ཁོངས་ལས་བྱེད་ལྟེ་འཆང་ཞིག་ལྟ་སར་སྤྱོད་ལུས་  
 མེད་བར་བཞེན། དུན་བྱའི་ལས་མངགས་ཡིག་སྟེ་བསྟན་  
 རིགས་ཡོད་འགག་ལས་ལྟ་སར་འགོར་རྟེན་གཞུང་དོན་  
 ལས་སྒྲུབ་ཁོ་ནས་མིན། འོན་བྱུང་ཕོགས་དོད་ཐབ་རྟེན་



བརྒྱད་ཅུ་ཆོ་བཞིའི་འགོ་པ་ཁ་འཛིན་སྒྲིང་ལུགས་གསུང་  
 གྲིས་འབྱེད་དོན་མགོན་ལ་མེལ་བར། བུན་རྟོང་ལྷག་བསྐྱད་  
 དཔོན་ཁག་སྒྱི་མཚུངས་ལ་ནང་སེར་སྒྲེར་ནད་མཛོད་འོས་  
 ཆེ་མིན་དབྱེངས་དཔྱད། བྱིམ་གཞིས་དཔོན་ཚང་དུ་སེང་  
 བའི་ཐོབ་སྐྱལ་འགོ་པ་མ་གཏོགས་སྒྲེར་གྱི་ཕོགས་དོད་  
 འགོ་པ་ཞུས་སྐུལ་མ་བྱུང་། ལྷ་སར་བླ་མཛོད་གཉིས་ཀྱི་  
 གོ་བཅད་གཞུང་དོན་ཞབས་ཞུ་རྒྱུ་བཟོན་བགྲིས་པར་ད་  
 ཆར་ཕོགས་ཐོབ་ཅོམ་ཡང་གསེལ་རས་གནང་མ་གྲུབ་ན་  
 ཡིད་པམ་ཏ་ཅང་ཆེ་ལུགས་དང་། གཞུང་གུད་གཏོང་  
 ཐེབས་བྲལ་ཡང་དངོས་ནོར་འབྱལ་དམིགས་ནི་གཏན་མ་  
 མཆིས་གཤེས། ཏ་རེ་དང་རང་གྲུབ་གྱི་གཞིས་མ་ལག་ཅུ་  
 བཞིས་བྲུགས་ཇི་ཆེ་བ་ལས་གཞན་བྱ་ཐབས་མ་མཆིས་  
 ལུགས་སོགས་འགྲོ་ཆོད་གྱི་ཞུ་བཇོད་ཇི་སྟེད་འདུག་པ་



གོང་སྟན་དུ་སྒྲིབ་མེད་བསྐྱར་ཆེ་མགོན་ཆེར་དགོངས་  
 འགལ་ཐལ་ཆར་འགོ་བཟེར་བཏེན། གཞུང་ནང་གཉིས་  
 བར་བརྒྱུད་ཆོ་འཛིན་ཁུལ། ཐབས་མཁས་སྟན་འཛེབས་  
 གང་ཆེའི་ཞུ་ཡིག་ཕུལ་བར། གཞུང་དུ་བསྟན་དགོན་  
 གསར་བཞེངས་སོགས་འགོ་གོན་ཆེས་མང་སྒྲེར་མངགས་  
 བུ་ལོན་གསོབ་དམིགས་ལྷ་སྐྱ་དང་གཞིས་གྲིས་པན་མི་  
 ཐོགས་པས་བསབས་སྐྱངས་ཅི་བྱེད་ཁོ་པ་རང་ལ་འགན་  
 དཀྱི་བྱ་འོས་ཐེབས་པ་དེ་དོན་འཐེན་ཆེ་མགོན་ནས་ལྷ་སྐྱ་  
 དང་གཞིས་ལས་གཞན་པའི་བུན་པན་དངོས་པོ་འབུལ་  
 སྒྲོད་གྱི་བཟོ་ལྷ་མི་སྐྱང་ཞིང་། རང་སེའི་པ་གཞིས་གཞུང་  
 བཞེས་བྱས་ལྷགས་གཏམ་ངན་མཚན་འགས་ཅམ་ལས་  
 སྟོང་གཞིས་མཐའ་ཡས་གྲུང་གཞུང་དུ་བྱགས་པན་གསོས་  
 མིན་དང་། སྐྱ་ལྷས་གཡས་ཁག་གཡོན་དཀྱི་ངང་ལྷས་ན་



སྒྲིང་འབྲུངས་རིག་སྒྲེས་མི་འབྲུང་པ་བསྐྱེབས་སྒྲུངས་བླང་  
 ཡུལ་ཁག་དབང་བཅན་ཡུལ་གཉན་འགས་གཅིག་བྱན་  
 ཡིག་ཁག་གི་དོ་བདག་སྒྲ་བྲང་མཚན་འཁོད་མ་ཟད། རང་  
 ཁྱུལ་ཕྱོད་འབྲམ་རྒྱ་ཆེའི་མཐར་གལ་ཏེ་ནང་སེར་འགན་  
 དགྲི་ཐུབ་དབང་བཏང་རུང་། ཁོ་པས་ཁྱངས་བསྐྱེལ་མ་  
 ཐུབ་པའི་ཞོར་ལ་མི་བདག་སྒྲ་བྲང་བཅོམ་ངེས་གཞིར་གྲུབ་  
 སྟམ། དེ་ཞིག་སྒྲ་གཞུང་ནས་འབྱུང་བཞིས་གནང་སྟེ་ངེས་  
 གཉན་ཞིག་ཕྱིས་རྗེས་ཡོང་དེ་སྐབས་ནང་སེར་ཐོབ་འབྲི་  
 གང་བྱུང་ཡེ་མེད་འབྱུལ་དན་གན་ཡེན་ཞུས་ན་ཅི་འགབ་  
 གོས་འཆར་ཡུལ་བར་སྒྲ་བྲང་དུ་འབྱུལ་དམིགས་འདུག་ན་  
 དེ་དོན་འཐུས་ཚུལ་འཕྲུལ་གང་ཐུགས་ལ་མ་བབས་ཅོམ་  
 ལས་དེ་དོན་མི་འགབ་ཅེས་མཐའ་བཀག་མ་གནང་སྐབས་  
 ངན་ཐག་བཅད་དེ། རྣམ་གན་དུ་སྒྲོན་ཡོད་དང་གསར་བྱུང་



བྱི་ལྟུང་པཅས་ཡོད་ཀྱི་ཕྱི་ལྟུང་གསལ་གྱིས་བྱ་དགོན་ཕྱག་  
 གཉིར་ལས་ཁྱདས་ནས་བྱང་ཁྱལ་དངུལ་ལྷག་ལྷས་གང་  
 ཡོད་བྱན་དམིགས་སུ་བྱེར་ནས་མི་སྣ་དེ་ཆོད་ཡོང་དགོས་  
 བཞོད་ཡིག་སོང་བ་ཞིག་ཆོས་ ༡༠ སྒྲེར་ལ་ལྷེ་འཆང་དེན་  
 རབ། རྩུང་དབང་འདུས་དེ་ཇེ་སྐྱེ་གསལ་འབྱེར་དེ། ཕྱག་མཛོད་  
 དཔར་སྒྲིང་འཕྲལ་མཛོད་དངུལ་ཆང་མ་བྱ་ལོན་དུ་ཇོང་  
 དགོས་འདི་སྒྲེར་ལྟར་སྒྲུང་ཉིན་འབྲེལ་མི་ཁར་གྲུབ་མིན་  
 དང་། བསྟན་དགོན་གསལ་བཞེངས་སྐྱེ་གསལ་སྒྲུབ་འདོན་བྱ་  
 དགོས་ཏེ་ཅང་མང་ཞིང་། དེ་སྒྲིན་མཛོད་ནམ་པ་འཁེས་  
 ཡོན་རང་ཚྭ་གསལ་ཕེར་བ་ཅམ་མ་ཟད། འགོ་ཡོད་ཆང་མ་  
 གཅིག་སེམས་གཉིས་འབྱི་གཉིན་འབྲེལ་དེ་ཅམ་ལས་དོན་  
 ག་མ་འགྲིགས་ཡོང་གནས་མེད་པ་ལྟར་རུང་། ལས་དོན་  
 བྱེད་ཕོས་ཆབ་སྤྱིད་འཆོ་འཛིན་གོང་མའི་ཕྱགས་བེན་ལ་



ལྟེས་པར་དགོངས་སྒྲ་མའི་མཛོད་གསར་ཉིད་གི་བྲི་འབྲུལ་  
 དང་ཉེན་བཞེངས་རྒྱུར་དམིགས་ཚ་གསེར་སྐྱབ་བྱེད་  
 སོགས་པོན་ཆེ་སྡེ་འབངས་དང་། གཞུང་དོན་སྦྱིད་སྒྱུག་  
 སྐྱབས་སྟན་སོགས་དོན་ཕྱག་སྒྲེར་ཟད་སྒྲུང་། ད་ཆར་དེ་  
 ལས་ཀྱང་འགྲོ་གྲོན་ཆེ་བ་ཡོང་རིགས་དངོས་བསྟན་གང་  
 ཡོད་བསྐྱར་སྒྲོས་བཟོད་ཐབས་བྲལ་བ་ལྟ་བུའི་གནས་ཁར།  
 རྒྱ་ཆེའི་བྱ་ལོན་སྤྱད་རྒྱུར་བསྤྱད་པ་དཔོན་འབངས་སྡེ་  
 གསལ་ཁྲལ་འཕར་ཞིག་འགོལ་བའོད་བྱས་ཀྱང་མ་འབྲས་  
 མེད་ཚུལ། སྤྱང་དུང་ཆོ་བྱུམ་ནར་ཅི་བྱེད་དབང་ཐོབ་ལས་  
 བྱེད་ནམས་དང་རྒྱགས་བྲི་ཆོ་མགྱིན་གཅིག་བཞིན། སྒྲ་  
 རྗེས་ཕྱག་ཐོགས་ནམ་བུང་སོན་གྱི་བཞི་བྱར་ལྟ་བུར་སོགས་  
 བསྐྱ་རྒྱུང་ལ་གཞིག་ཆོ་ངེས་པར་འགོལ་འོས་ཆེ་རུང་།  
 སྐབས་དེར་སྤྱང་གིར་དག་སེམས་སྒྲོག་འབྱུ་ཅམ་སྒྲེས་



སྒྲུང་བཏེན་ཁྲལ་འཕར་འགོལ་རྒྱ་བ་ཤོལ་གཞུང་དང་ནང་  
 མེ་བར་ལའོན་ཕྱིད་ཐལ་ཆ་མ་ཤོར་ཞིང་། གཞུང་དོན་  
 ལའུར་མེད་སྒྲུང་རྒྱུ་དུའང་མ་ལུས་པར་དངོས་དོན་ཁོ་  
 ནས་ལག་ལེན་མཐའ་སྒྱེལ་ག་ཤམ་གསལ་དམག་བསྐྱལ་  
 དགོས་པས་མཆོན་ངེད་གྱིས་བྲག་སྒྱི་བཟུང་སྐབས་ལས་  
 སྐལ་དམན་པ་ལྟ་བུས་བྱ་དགའ་བྱེད་གཏད་འགའ་ཞིག་  
 བྱང་བའི་ནང་གི་འཕྲང་འགག་དང་ཕོ་འདི་སྟེ། བྱང་དང་  
 འཕྲང་རྒྱུར་པལ་པས་ཉམས་སུ་ལོན་དགའི་བྱས་རྗེས་ངོ་  
 མཚར་ཆེ་བའི་གནས་སུ་ཡོད་ཀྱང་ལས་གྱི་འབྲས་བུ་བསྐྱུ་  
 མེད་བདེན་ན་ལས། སྒྲ་འབངས་བྱིང་ལ་དྲིན་དུ་གཞོ་བའི་  
 བསམ་པ་ཡོད་མེད་ཆ་མ་འཚལ་ཏོ། །

གཞུ་འི་དཔལ་ལ་འཁུ་བའི་ཆབ་གྱི་རྒྱན། ། རུང་གི་  
 འདུས་མདོར་སུམ་ཕྱོན་གནས་ལྟ་བུ། ། དབ་བྱང་བྱབ་



དེགས་ས་སྒྲིང་ལྷ་དབང་གིས། ། བསྟེ་བ་འཛིན་མའི་རྒྱན་  
 དུ་སྒྲིང་བ་དེར། ། ལྷ་དང་བཅས་པའི་སྒྲིང་ཞེའི་གཙུག་རྒྱན་  
 འཕགས་མཆོག་འཛིག་ཏེན་མགོན་པོ་ཡི། ། འཕྲིན་ལས་  
 གདུགས་དཀར་གྲིབ་བསིལ་སྒྱུ་མ་པོར་མདོ་ཁམས་སྒྲེ་རྒྱ་  
 ངལ་འཛོ་བའི། ། ཆོས་སྒྲིང་ཡུ་བ་ཕྲག་པར་བསྟེན་ལ་ཞུམ་  
 མེད་སྒྲེ་གྲོས་ཙུལ་ཁྲོགས་ཞེས། ། ས་ཡི་ཚངས་པ་ཆེན་པོར་  
 སྟེམས་པའི་བཀའ་བཞེད་ཉི་བར་ནོད་ཕྱིར་ལྷགས། །  
 གཞུང་བསྟེན་ཆབ་སྒྲིང་གོང་འདེགས་འཁོར། ། སྒྲེ་རྒྱ་བདེ་  
 བར་སྒྲིང་བ་ཉིད། ། དྲག་རེས་རྩེ་བོར་བསྐྱར་ཁྱོད་གྱི། །  
 ལས་སུ་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཞེས། ། བདུད་ཕྱིའི་སྒྲིང་པོས་སྒྱེ་བ་  
 ཡི། ། བཀའ་ལྟར་སྒྲེ་བ་གསར་པའི་ཐོད། ། འཛིན་པ་དབང་  
 ཕྱག་ཡོན་ཏན་བརྒྱས། ཕྱི་ཚུལ་སྐལ་བ་སྟེམ་པོར་  
 བསྐྱབས། ། འདོད་པ་ཀུན་འཛི་ཡིད་བཞིན་ནོར། ། དབྱལ་



བ་ཐར་བྱེད་གཞན་ཡིན་ཏེ། ། མྱེད་ན་འཁོས་རྒྱུ་ལས་བྱེད་  
 ལ། ། དབང་ཕྱག་དང་མཚན་མ་བྱ་དགའ་མེད། ། སེམ་པ་  
 ཉིད་དམ་གདུང་བའང་རུང་། ། མི་མཉམ་ཕྱགས་ཇིའི་  
 གཟིགས་སྒྱུན་འོད། ། ལྷུང་བ་ཅམ་ཡང་དོན་ལྡན་ཕྱིར། །  
 སྒྲུབས་དེར་གསུ་སྒྲེའིང་ནས་བཞད། ། རྒྱུ་མཐའ་བྲལ་བ་  
 བཅིངས་འགྲོལ་ཐང་། ། མ་ཡིན་ལྷུང་ན་ཆེས་མནར་བ། །  
 སྒྲེམས་པ་བཞིན་དུ་མཐོ་བའི་སར། ། འཛིགས་ལ་ལེགས་  
 བྱས་སྒྲིན་ལྷུང་གཏིབས། ། དེ་ཆེ་སྒྲིན་པ་དབྱར་གྱི་ར། །  
 དབང་སྒྲེའས་འབྱོར་པའི་ཆར་གྱི་རྒྱན། ། དུས་བཟང་དཔྱིད་  
 དཔལ་དར་བ་ཡི། ། དག་མཚན་གསུམ་པོ་དུས་གཅིག་  
 རྒྱུང་། ། མཐོ་བཅོན་བྲག་རིར་གཡབས་འཆར་བ། ། སྒྲི་ལ་  
 བཀའ་བཏགས་ཕྱག་རྒྱ་ཡིས། ། བྱམ་པ་ཇི་པོ་འདིའི་དག་  
 ལས། ། བོད་མའི་བྱ་བའི་ཐ་ཆོག་བསྒྲགས། ། ལམ་མིན་



ལམ་གོམས་སྒྲུང་ངན་རྒྱན། ། རྒྱ་ལེན་ཅིས་རྒྱང་བཞེག་  
 དགའ་སྟེ། ། རང་གཞན་བདེ་ལེགས་སྒྲུངས་སྒྲུངས་རྒྱན། །  
 བྱ་ངན་གྲམ་པས་འགེབས་བཞིན་འགོ། ། བགའ་ལྟང་  
 བཟང་པའི་སྒྱུས་ཐོབ་སྟེ། ། དབང་སྟོབས་འབྱུང་པའི་གཟི་  
 བརྩེད་བཅས། ། དེན་ཆེན་སྒྲིང་ནས་ཡིད་བཞིན་ནོར། །  
 ཁྱག་པའི་དོན་མཐུན་བཞིན་དུ་བརྟུས། ། དུས་ཆོགས་གོ་  
 ལའི་བགྲོད་པ་ཡིས། ། ངལ་འཆོ་མ་ཁོམ་བསྐྱས་པ་ན། །  
 རྒྱ་སྒྲར་དབྱས་སྐྱ་བསེལ་ཟེར་ལྟར། ། གཙོ་ལཁོར་རྒྱ་བའི་  
 བྲེང་བ་མངོས། ། ཁྱི་ལ་བསྐྱར་བའི་ནང་གི་དགའ་སྟེན་  
 ཞེས། ། འཕྱུལ་དགའ་གསར་དུ་བྱུང་བའི་ནོམ་པའི་ཆོགས།  
 ། བདག་གིར་མ་བཟུང་གཏོང་བ་ཆེན་པའི་སྒྲོ། ། བྱེས་པར་  
 འདོད་པས་བཅིངས་པ་པལ་ནམས་བརྒྱལ། ། ལྷག་བསམ་  
 དག་པའི་ལྟེ་བས་ལེགས་བཟུང་མི་སྐྱན་ཆར་གཙོད་ཅིབ་



མཚོན་ནོ། ། ལྷགས་གནིས་འབྱེར་པའི་ལུ་བྱུང་མཚོག་  
 ཡངས་འཕྱིན་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱག་མཚོན་ཆེ། ། ཆོས་ཀྱི་ཐེ་བོ་  
 རོ་མིན་ཏན་ནས་རང་གི་སྐྱག་པར་བསྐྱལ་བ་ན། ། ཡངས་  
 པའི་ས་ཆེན་འཆོ་བ་མེད་འཛིན་ང་ལས་རྒྱ་དཔལ་སྟོད་སྟོམ་  
 འབྱེངས། ། དེ་ཆོ་བ་ཀྱི་སྒྲིའི་བླངས་དོར་འདོམས་པ་དབང་  
 ཏགས་བཀའ་ཡི་ཕྱག་བྱ་དང་། ། ལེགས་བརྒྱའི་མཛོད་སྒོ་  
 ཅིག་ཆར་དབྱེ་བ་ལྡེ་མིག་ལས་ཐམ་གྱུ་སྒྲོར་བཅས། ། དེན་  
 ཆེན་ཅོད་པན་བཟང་པའི་རྒྱན་གོས་ལྷན་ཆོགས་ལང་ཆོའི་  
 དཔལ་ཐོགས་པའི། ། མཐོ་རིས་མཛོས་མའི་བསང་གཏོར་  
 བཀུར་བསྟེ་དར་གཅིག་གདུང་འཕྲོག་བདུད་ཅིར་སྒྲིན། །  
 ཐོགས་ལྷན་གསར་པའི་དགའ་སྟོན་ལ་ཆགས་འདོད་ཀྱི་  
 འབྱེལ་བའི་མདུན་ས་སྤ། ། རེན་འབྱུང་འབྱེར་ཆོགས་ཆར་  
 དུ་འཛོ་བ་ཆེ་རྒྱའི་ཅོད་པན་བུང་བའི་ཆོགས། ། ལྷ་སྟེའི་



མཐའ་ཅན་ཨི་གྲིས་སྟོན་བསྐྱུས་དག་ལེགས་བྱེད་པའི་  
 འཕྲི་བཟོད་བཅས། ། རྒྱ་རྩེགས་ཆུ་སྟེས་ཟེུ་འབྱུར་  
 བསྟེན་ནམས་ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་ནས་མགོན་དུ་ལྷགས། །  
 སྟེ་གྲི་སྒྲངས་དེར་ལེགས་འདོམས་ཇི་བའི་མལ། ། བཟུང་  
 བཞིན་དེ་ཡི་བགྱི་བ་མི་སྒྱབ་པ། ། དེགས་མིན་དེ་ཕྱིར་  
 མངའ་འོག་མཆོག་དམན་གྱུ། ། བཀའ་བཏགས་རྒྱ་ལས་  
 འདས་བ་མེད་པར་བཅེངས། ། དག་བཟུང་ལེགས་བྱས་མི་  
 ཆོས་གཙང་མ་སྟོན་སྟོལ་ཅུ་དེབ་གཞིར་བཟུང་གཏམ། །  
 འདི་ལས་འགོངས་ཆོ་དེགས་པ་མིན་ཞེས་བྲིམས་གཉིས་  
 བཀའ་ཡི་ཉིན་བྱེད་འོད། ། དང་པོ་འགར་ཆོ་ཚུལ་མིན་འབྱུང་  
 བྱ་མུན་པའི་མལ་དུ་གཞུག་པ་དང་། ། བདེ་དགའི་ཆོལ་དུ་  
 དཔྱོད་ལྡན་བྱང་བ་དགའ་མགུར་ཅེན་པ་དུས་གཅིག་  
 བྱུང་། ། མ་བཟོད་ངེས་པའི་བྱ་ངན་ཉིད་དམ་ཆོག་འཕྲིས་



བྱལ་བ་འདོད་པའི་མེས། ། ཀུན་བསྐྱངས་དབྱངས་གྱིས་  
 འཕགས་མཆོག་ཐུགས་རྗེ་བསྐྱེད་བ་ལས། ། སེ་སེའི་མེས་  
 དེར་དབྱགས་དབྱངས་ཞལ་བཞེས་དྲང་དོན་དགོས་པའི་  
 དབང་གུར་པ། ། བསྐྱེད་བཅད་བདར་བའི་དབྱུང་པས་  
 བཏགས་སྒྲིང་ནམ་འཕྱེད་དབྱུང་པའི་ཞིབ་དེར་བསྐྱེས། །  
 འཁོར་བ་ལྟ་བུའི་གཙོང་རོང་ནས། ། སྒྲོ་བུར་གསུང་བ་  
 ལས་བྱེད་ཕྱིར། ། ཞི་བསེལ་ངེ་བཞེན་ཉམས་དགའ་བའི། །  
 གནས་སུ་སྒྲོ་བ་བསངས་པར་བྱེན། ། རེ་ཙྰའི་ག་ཤོག་པ་  
 བཟུབ་འདྲའི་སྒྲིང་། ། རྩ་སྒྲིས་ཆོན་གྱིས་བཀྱེ་བའི་དོགས། །  
 གསུང་བཞེན་བདེ་བར་ནམ་ཉིག་པ། ། ཡོངས་འབྱུལ་བྱིས་  
 པའི་སྒྲི་བེ་ཙྰ། ། རྩལ་བསྐྱེད་གཏམ་ངན་ཐམས་ཅད་བྱུང་  
 བསང་ཙྰ། ། བཟོད་དགའི་ཡུལ་ལ་ཁྲོ་བ་མེད་པ་བྱ། །  
 ཆབ་སྒྲིང་དོན་དུ་རང་གུང་ལས་བྱེད་པ། ། རྩལ་བསམ་སྒྲོ་



གྲོས་མཐུ་ཚུ་བ་ལ་དགོན། ། ཞེས་པ་ལ་པ་དོང་གསེས་  
 བྱེད་པར་བཀྱར་བསྟེར་སྟམ་པའི་དཔེ་ལྟར་ངན་པ་རྒྱ་ཚང་  
 ཉིང་རུལ་སྒྱུ་ཚོགས་དབང་བསྐྱར་གྲལ་རིམ་གྱི་འདམ་དུ་  
 སྐྱར་བར་འཆི་མེད་དགའ་ཚེལ་འབྲུལ་བའི་བབ་ཅེལ་གྱི་  
 ཅོམ་སྐབས་དེའི་ཉིན་ཐོར་བཀོད་པ་ནམས་ལེ་རྒྱས་གནས་  
 སྣང་ནམ་འགྱུར་གསར་པོར་འཆར་ཕྱིར་སྐྱར་ཡང་བསྐྱར་  
 བར་བྱས་སོ། གྲོ་བཞིན་ལྷ་བའི་ཆོས་འཁར་བུ་དགོན་གཉིར་  
 ཁང་ལྡེ་འཆར་དོན་གྲུབ་རབ་བརྟན་ནས་ལས་ཁུངས་པན་  
 ཚུན་གྱི་ཅུ་ཆོག་ཅིག་དགོས་ཚུལ་བཞིན་སྟོན་གྱི་ཡིག་ཉིང་  
 གཞིར་བཞག་གིས་གསལ་བ་འདྲི་བྲིས། ། དཀར་མོ་སྐྱུལ་  
 སྐྱ་དང་རི་ཁྲོད་གྲུ་རིགས་ལྷོས་ཞིབ་ལྡེ་དུང་སྐྱེལ་པོར་སྟོན་  
 མངགས་ལྟར་དཔྱད་ཁྱབ་པར། དུས་སྐུ་ཨར་ཁྲལ་བཀོད་  
 བསྐྱུལ་དང་འབྲེལ་དགོན་ཐོག་ཨར་ལས་སར་བསྐྱོར་



གཡེངས་ཡང་ཡང་བྱིན། རོང་ས་ཆེན་པོའི་བཀའ་  
དགོངས་ལྷན་བསམ་འདས་པོའི་བུ་བསྐྱལ་བཟང་ལ་ལྷ་  
སྒྲོང་མི་སེར་འགོ་བྱིད་གྱི་ལག་བྱེད་སྤྱད་ཅིང་གཞུང་  
གནས་སུ་གསར་མཇལ་ཤུལ་བའི་བྱིར་ཕེབས་བྱེད་སྒྲོའི་  
བཀའ་ལག་གཙང་བཙན་སེན་ཏོ། བུ་དགོན་གནེར་ཁང་  
ལས་ཁུངས་གྱི་འཆར་གསལ་གསེར་བཟང་བུམས་ཆེན་གྱི་  
སྐུ་བཞེངས་སྒྱུའི་སྒྲོར་དང་། སྒྲ་ཕྱག་ཕེབས་པ་དང་བྱི་རྒྱར་  
དོན་གཙོད་སྐབས་ལས་རྒྱན་དུ་གསེལ་ཐབས་ཇ་དོད་དང་།  
ལས་བྱེད་ནམས་ནང་ཁུལ་པར་རྒྱུར་མངགས་གཏོང་ལ་  
ཕོགས་འཕར་མི་འོས་པ། གནེར་ལྡེ་གསར་རྫོང་མཆོམས་  
འབྱེད་གཏོང་ཡིང་ཐོ་འགོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིས་རྒྱགས་  
ཁམས་དངས་དགོས་ལྷགས། ཐེས་པོ་ཚང་གནེར་ཨོ་རྒྱན་  
ཤུན་ཚོགས་མིག་ཡིང་བར་བྱིམ་ཚང་བུ་གནིས་སུ་རུང་ལྡ



མཆོད་དུས་ཆེན་ཁར་གཞུང་གཉེར་བསྐྱོད་བཞག་ཡོང་བའི་  
 དེས་སྒྱུར་སོང་ངོ་། ཟླ་བ་དཔའི་ཆེས་ལྷན་སྒྱུ་ལྷ་ས་  
 ནས་བྱུན་ཟུངས་ལས་ཁུངས་གཟིམས་རྒྱུ་མཛོད་དདུལ་  
 དེ་དམ་སྒྱུར་བཅར་མཁན་ཆེ་པ་ལྷ་བ། སྒྱག་དདུལ་དེ་དམ་  
 ཅུ་གཟིམས་འགག ཏ་ཅུས་ཁང་དབུ་འཛིན་གྱིང་ཁ་རྒྱུ་  
 ཡིག་ཆེན་མོ། ཟླ་ཕྱག་ཁག་ཐེག་གཟིམས་ཆ་རོང་སོགས་  
 དེ་དམ་པ་སེ་སེར་ཞུ་བྱ་ཏེན་སྒྱགས་དང་། འབྱངས་ཉེས་  
 མི་ཡོང་ཐབས་གོང་སྒྱག་མཆོན་ལའོད་སྒྱན་ཞུ། ས་དབང་  
 བྱི་སྒྱེན་པར་ཡང་དེ་སྒྱེར་དབུ་འཛིན་ཞུ་སྒྱན། དདུལ་ཁམ་རྩོ་  
 བཞི་བརྒྱ་བརྒྱལ་བ་བཅས་ཉེར་བསྐྱོད་གས་གྱིས་གཞུང་ནང་  
 ག་ཟེ་བ་བྱ་རིན་ཆེན་མངགས་ཇོང་བྱས། ཁུ་དགོན་ནས་  
 ཕྱག་ཁང་གི་ལམ་སོན་བཅས་རྒྱན་པེ་ཡིན་རྩྱལ་མི་གཉིས་  
 བཇོངས་འབྱེར་བརྒྱས་པའི་དེས་པ་མ་མཆིས་བཞིན་འགོ་



རྟོད་ནས་དགའ་མིན་ཞེ་ནད། མིན་ན་སྒྲམ་པ་བྱུང་བས་  
 ཁག་ཐེག་རྟོད་བསྐྱུན་ལྷགས་ཁྲོལ་དང་འབྲེལ་ཏེ་ཁལ་  
 ལམ་སོན་གཏོང་བདེ་བྱས་པ། རྒྱ་ལོག་རྟོན་འཕེལ་ཚད་གི་  
 བ་རྒན་ར་གནུབས་བྱས་བྱན་དོན་བརྟུངས་ཏེ་ཕྱི་བ་མ་  
 བཅགས་ཚུལ། རེད་གཞུང་ནང་སློབ་བཟང་ནམ་རྒྱལ་དང་  
 འགའ་ག་སློབ་ཆོ་གཉིས་ནས་ཏུ་ལ་འིང་ཞོན་བྱས་ཚུལ་  
 སོགས་ཁག་མང་གི་ཞུ་ཞིབ་དུང་ཡིག་བཟྱ་འཁོས་ལྷ་ལྷག་  
 དང་། གཉེར་སྐྱལ་གཡང་གཉིས་བསྐྱོས་སེ་སེར་དྲན་ཏེན་  
 ཉིས་བཞོད་བཏང་། ཡར་འཁོད་འིག་འཛིན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་  
 ཞིང་ཁ་པར་སློབ་བཟང་ནས་འཕྲོག་པའི་སྐྱེར་སོགས་ལ་  
 དཔུང་མཚམས་སེང་། ལྷ་བ་ལ་ནང་གོང་ཐེའི་བཀའ་  
 བཏགས་དགོངས་དོན་མ་བྱ་ལས་ཁུངས་ནས་ལག་འདོན་  
 ཞབས་འཇུག་འཕུར་དུ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྱུར་འཇུག་པེ་ཆེ་



དང་། འཕྱེན་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱ་པ་སེ་སེར་ཚར་གྲངས་ལྔ་

བཅུ་རེ། གདུགས་དཀར་དང་འཕེས་རབ་སྒྲིང་ཕེ་བྲི་རེ་

སྐུ་བཅུ་གྲུ་

ཚང་གི་གསུང་ཆོག་ཆོས་སྒྱུད་པོད་བཞིའི་འཛིན་པར་བྱ་མེད་

ཐུ་སྐྱང་ཟེང་ལུག་སྒྲུབས་མེ་བཞེས་མཁོ་གལ་འཁོར་ཏུ་ཆེ་

བས་གསར་བསྐྱོད་མ་བུས་འབྱ་མེད་བཟོ་བྱ་བསྐྱོད་ས་

བྱ་མཁུར། བར་ཆ་སྡོན་གྱི་དཔེ་ཆ་ལུས་འདུག་པར་གཞི་

བཅེལ་ཆེས་ཚན་འདི་བཞུགས་སྤྱི་དཔེ་ཐོ་ཅམ་ལ་གདོང་།

ཞིང་གིང་མས་མཛིན་པའི་དཀར་ཆག་དེ་གས་ལྷུས་

ཏུ་། དེར་གསལ་པར་བསྒྲན་བྱས་ཚུལ་ཡུལ་དུས་བཟོ་བྲ་

བའི་མིང་སྟག་སྟེང་བཞག་འདྲིང་སྦྱིང་འཕྲུང་མ་བྲེལ་

ཡང་། ལས་འགན་འགལ་ཡུལ་གཞན་མ་རྟེན་གྱི་ཚང་

མཐོང་དགེ་དབུ་གསུམ་ནས་བསྐྱེལ་བ་བཞིན་ནམ་དགར་ཅུ་



མཆོར་ཆུ་ཐེགས་གྱི་འབྲེལ་པར་བསམ་དགར་ཆག་རིན་  
 ཆེན་ཕྱང་བ་ཞེས་པ་གསར་ཕྱོམ་བཅུས་པ་ལྷ་བ་བརྒྱད་པ་  
 གཉིས་བཅུགས་ཕྱི་མའི་ཆོས་འགོར་ཡུར་ཐང་བཀའ་  
 བཅུས་སྦྱིན་བདག་གིས་དགོན་ཐོག་མ་ཁྱིའི་དུང་འཁོར་  
 བཞེངས་པ་དང་། ཐང་འགོའི་ཆུ་ཕྱང་ཟུག་པ་བཅས་དུས་  
 མཉམ་དུ་གྲུབ་བོ། ས་སྤྱང་དམག་མིས་བདེབས་མནར་མི་  
 ཆོག་པའི་སྒྲུག་དམ་དང་བཀའ་འགག་བཀའ་ཆུ་འབྱེར་བར་  
 བྱམས་མདུན་དུ་གནས་བས་ས་སྤྱང་འགོ་བྱེད་གྲུ་བཞི་དང་  
 ཐོ་རུ་དཔོན་སར་ཞལ་བ་འཁྱུས་དང་སྒྲུགས་བཀའ་  
 དགོངས་འགལ་མེད་གནང་གལ་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་།  
 ཞིབ་ཆའི་དམ་བསྒྲུགས་ལྟ་མཆོད་ཁར་བྱ་ཕྱིས་སྤྱ་འཕྲོས་ཏེ་  
 ཟམ་ས་ཚུགས་ཁག་སར་སྒྲོ་སྤྱར་བྱ་ཆུ་ཞལ་བ་འཁྱུས་འདི་  
 གའི་དམ་འབྱུར་རེ་བསྐྱེདས། གཞུང་གནས་ནས་གནང་



བའི་བཀའ་རྒྱ་གནད་ཆེ་རིགས་ཀྱི་དཀར་ཆག་མི་འདུག་པ་  
 འདི་དང་དེ་སྟོན་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡན་ཐོགས་རིགས་འཕྲུལ་བསྐྱུས་  
 དཀར་ཆག་དེབ་འགོད་ཀྱི་འགོས་རྒྱུ་བཅུ་མས། གཉིས་  
 ཁང་ནས་འཆར་ཅན་འགོ་རྫིས་ཡོངས་སུ་བྲལ་འདིད་པའི་  
 སྤྱང་གི་བཀྱི་བའི་རྒྱབ་གནོན་ཡིག་རྒྱ་བཏང་། ཆོས་༡༧ གླ་  
 དགོན་ཆོས་ཀྱི་ཕོ་བྲང་གྲུབ་ཐོབ་ཉམ་རེ་སེ་བའི་གདན་སར་  
 དགོན་ཁང་ལ་ཐོགས་ཆགས་ཀྱི་དོར་བྱེད་མཁན་འཁོར་  
 འདབས་སྡེ་དུད་བཅུ་སྟོར་ལ་སོན་བྲལ་དང་། བ་ལང་སྟོ་  
 ཕྱགས་ཕྱན་བྱུང་ཐོག་བྲལ་ཡངས་བའི་འཛིན་སྟེར་ཞིང་།  
 གདུག་པ་བྱ་དགའ་ཅན་ལ་དཔྱད་བྲ་དང་། གཞུང་འཕྲོད་  
 ལྷ་བཟོ་ཚང་གི་ཕྱབ་པ་ཆེ་རིང་དང་། ཆེ་བཏན་འགྱུར་མེད་  
 གཉིས་འཐབ་འཛིང་ཆས་སྟོན་བཟོས་པར་བེལ་གནོན་  
 བཅོན་འཇུག་ཉིན་འགས་བཀྱིས། མདོ་སྟེར་མདའ་དཔོན་



ཁི་སྒྲུང་པ་རང་སར་བཞུགས་མེས་ཡོད་ཐོས་དེ་ལྟར་མ་  
 འཁོར་བའི་ནང་སྒྲན་ཏིན་སྒྲགས་སེང་ངོ་། གཞུང་གནས་  
 ནས་ཉེ་སྒྲོན་མི་སེར་བདེ་འཛོམས་བཀའ་ཙུ་སྒྲུལ་བ་དེ་དག་  
 འཁོར་ཏུ་འགངས་ཆེན་དུ་བསམ་སྒྲོན་དུ་བཞེད་སེང་བཞིན་  
 ཟླ་ལྷུ་པའི་ཆོས་འཆར་ཏུ་བམ་དང་འགོ་ཁྲིམ་ངོ་མ་ངོ་ཚབ་  
 ཕལ་ཆེ་འདྲུ་འཛོམས་ཐོག་ཉེ་དུས་དང་། གཏོང་གཞི་  
 སོགས་སྒྲོན་གྱི་ཙུ་ཆོག་གལ་ཆེ་ཁ་འགས་བཅས་པར་  
 ཞབས་འདེགས་གའགས་མཆན་མཛོད་པའི་ལས་བྲམ་  
 འབྱར་མ་ལྟ་བུ་སྒྲོར་བཞེས་གྲུབ་མི་སྒྲུ་ཁྱདས་སེ་སེར་  
 སྒྲུང་དེ། མི་སེར་ཚང་མར་དྲིལ་བསྒྲགས་ཐོག་བཀའ་  
 དགོངས་ཆ་ཙམ་འགལ་མེད་དགོས་སྒྱུ་མགོན་ཆེ་བསྒྱུད་  
 བཞེད་པ་དང་འབྲེལ་དེ་དོན་ཞུ་གན་ཡང་སྒྲུངས། ཆོས་  
 ལྟེན་བ་བཟུ་སྒྲུལ་ལྟེ་འཆར་ཞུ་བའི་ཙུ་འཁོར་སྒྲན་འཁོག་



འབྱེད་བ། བོད་ས་མདུན་ངེས་བཅར་ཞུ་གསེལ་ལ་ཁོ་པ་  
 ཚང་གི་མི་དེ་ཞིག་སྐྱ་གཞིན་ནུའི་དུས་ཀྱི་སྐྱ་བཅར་མཆོད་  
 དཔོན་ཆེན་མོ་ཡུན་རིང་བྱས་བབས་བཅས་ཞལ་བཞེས་  
 སྤུལ་བ་དང་སྤྱི་མཛོད་སྤྱོད་རིང་རང་ལྟེས་ཉེ་ནང་ལ་ལས་  
 ཚོན་བསྐྱོ་འཕེན་བྱས་པ་འདི་ཙམ་ཡིན། དགོན་ཐོག་ཕོ་བྲང་  
 ཡང་ཕྱི་ཉེ་ཨར་ལས་ལེགས་གྲུབ་ལྷོ་བོད་ས་མཆོག་བསྐྱེ་  
 གནས་སྤྱོ་གནང་གི་མཛོད་སྤྱོ་ཨར་སྤྱོན་སེགས་ཀྱི་འཆར་  
 གཞིར་འབྱེན་འཇུག་ཕན་བྱ་བྱ་འོས་བཅས་ལག་རྟགས་  
 སུབ། བྱུང་པོ་དཀར་རུ་སེགས་ཕྱི་ཁག་ནས་ཁྱི་འབྲུལ་བྱུང་  
 བའི་ཡིག་རྟེན་སྤྱོག་ཆ་དང་། ཁམས་པ་སྤུལ་སྤྱི་ཞིང་  
 ག་ཤེགས་སྤྱིབས་སྤྱིག་མདུན་བྱང་རྟེན། ལྷ་ཐོག་དང་ལྷོས་  
 ཐུག་གོགས་སྤྱིན་ཡི་གེར་ཞུ་ལན་རྟེན་ལྷན་ཡི་གེ་བསྐྱེདས་  
 སོ། ཆོས་༡༣ གྲུ་ཚང་ནས་སེར་སྤྱོད་དང་བཅས་ཐང་སྤྱོད་



ལྱང་སྒྲིང་འཆི་མེད་དགའ་ཚེལ་ནས་དགོན་ཐོག་གཟིམས་  
 རྒྱང་གསར་པའི་ནང་ཏེན་གཙོ་ཨུའུ་ཏུ་རེ་གསུང་བྱོན་  
 གདན་དངས་སྒྲོས་སྒྲོན་ལལ་མཆོད་སྒྲོན་བསྟར། ཆོས་  
 ༡༧ སྒྲུ་བར་ཅེ་གཟིམས་རྒྱང་གསར་བསྒྲོན་དུ་གོང་ས་རིན་  
 རོ་ཆེ་སེར་སྒྲིང་སྒྲོས་རེལ་བཅས་སྒྲོན་དངས་མཐུལ་ཏེན་  
 གསུམ་དང་། ལས་ཚན་སྒྲི། རོ་འེང་ལས་གྲུ་བཅས་ནས་  
 མངལ་དར་ཡུལ་ཞིང་ཏེན་འབྱུང་དགར་སྒྲོ་སྒྲོན་ཆེན་  
 བཅང་། འདྲུཁང་སྒྲུག་རྗེ་ཡབ་སྐུ་ཇོ་ལེགས་སེགས་སྒྲུ་  
 བརྟན་འགའ་ཞིག་བཞེངས་གྲུབ་ལ་ནང་གཞུག་རིགས་  
 དང་གསུང་ཆོག་ཆོས་སྒྲིད་གྱི་སྤར་གྲུབ་པའི་ཞུ་དག་བྱས།  
 བཟོ་མགར་མཁས་པ་འགའ་ཞིག་ཆེད་འགྲུགས་གྱིས་གྲུ་  
 ཚང་མཆོད་ཆས་དཔུལ་གྱི་བྱ་མ་བུམ་ཆ་དང་། དེ་མོ་དགྲུ་  
 གཏོར་འཆམས་ཆས་ཞུ་ནག་དེ་སྒྲོན་ཆོགས་ཆེན་ས་ནས་



གཡར་མུས་དངུལ་གྱི་ཐོད་སྒྲམ་ཆེ་ལེགས་རེ་ཡོད་པ་  
 ༡༤་གསར་བསྐྱོན་བྱེད་འགོ་ཚུགས། མེ་དྲག་པ་དང་  
 འགམ་འཁེས་རབ་སྒྲོལ་གྱིས། བུ་དགོན་ཁྱུ་མདའ་རྒྱ་པོ་ཆོ་  
 རིང་མགོན་པོ་དང་། ལྷ་འབྲེག་པད་དོར་མ། ནམ་མཁའ་བུ་  
 ཟེས་ཨ་ཟུར་ཆོ་རིང་དོན་གྲུབ་ཁག་རྒྱན་དོན་དཔུང་ཁ་  
 བཏང་། ཆོགས་ཁང་སྐྱབ་ཏེན་འབཞེངས་གྲུབ་རབ་  
 གནས་ཆེན་མོ་ཚུགས། ཟླ་༡༠ཆོས་འཆར་མ་བུ་ནང་ཟན་  
 བཅུ་དྲུག་སྟེ་ཞུས་རྟེན་སྒྲ་དང་རྟེན་ལ་གཏན་ལམ་ཞུ་བ་  
 དོན་སྒྲིན་མ་བདེ་བ་དང་། ལྷེབ་གདན་ཁལ་འདེ་སྤྱར་རྒྱུ་  
 འགོ་མཆན་བྱེད། རིང་མིན་ལྷ་མཆོད་དུས་ཆེན་འགོ་རྗེས་མི་  
 ལྷ་འདུ་འཛོམས་ཐོག་འཆར་ཅན་དགོ་བྲིམས་སེགས་གྱི་  
 བཞོད་འདོམས་དགོས་པར་བཏེན་དགོ་བཅུ་དང་འདུལ་  
 བྲིམས་སྒྲོར་ཅུ་ཆོག་གི་ཟེན་ཐོ་བཟེས། འཁོབ་སྐྱབ་ཏེ



མགོན་པོ་ཆེ་རིང་ཚང་ནང་ཁ་ག་ཉིན་མིན་དང་། བུ་དགོན་  
 ལཱ་བརྒྱད་ལཱ་མདའ་ས་ཆེ་གས་ཁྲལ་དོན་ལྗོས་གྲུང་ལ་  
 དཔུང་ཁ་བཏང་། ཆོས་༡༩སྟོར་གངས་ལྗོངས་སུ་གོར་  
 དཔུང་གི་ཉེར་འཆོ་ལྷགས་དེགས་ཆེ་བས་དབུས་གཙང་  
 ཁམས་གསུམ་ནས་འདོན་དམག་བརྒྱ་བརྒྱལ་བྱ་མུར།  
 བྲག་གཡབ་པའི་སྒར་ལམ་དམག་གཞུང་ནང་གསལ་  
 ཆེག་སྟོང་ལཱ་བརྒྱ་ལས་གསུམ་བྱུར་བཅག་པའི་ཆེག་སྟོང་  
 ཐམ་པ་ལོ་༡༤ནས་སུམ་ཅུ་མན་ལུས་ཐང་མེད་སྟོམས་ནང་  
 བ་འདས་བརྒྱ་གསེག་ཕྱིས་ལེན་བྱེད་པོ་ས་གནས་འབྱེར་  
 བརྒྱན་ཕྱིས་འབུལ་ཞུ་ཆེག་དགོས་པའི་མདེ་སྟེའི་བཀའ་བྱ་  
 ལས་ངན་ལྷག་པའི་ཉེར་སྒྱ་དང་པོ་བགད། ཆོས་༡༥ནང་  
 ལས་རྒྱས་འཛོམས་གོ་བརྒྱར་སྐབས་སྒར་ལམ་ཆེག་སྟོང་  
 རང་ལས་བྱེད་ཉིས་སྟོང་མིན་ངེས་དེད་སྐབས་ལཱ་བརྒྱ་སྟོར་



སྒྲིང་ཐུབ་ན་ལྟ་རབ་ལས། མི་སེར་དབྱ་ཤུལ་ཁུལ་དམག་  
 གཉིས་བསྐྱོངས་དེ་ལྟག་འབྲིགས་རེ་ཅད་བུལ་བུམས་སྒྲིང་  
 དག་ཅུར་དགོངས་བཞེས་ཆག་ཡང་ཡོང་ཐབས་ཞུ་བྱ་  
 དང་། ཅད་དོན་གོ་སྒྲིག་མ་བཅུས་ཐབས་བུལ་སྒྲེ་བྲོས་  
 གཅིག་མཐུན་བྱུང་བཞིན་དེ་དོན་ཨ་འཐས་ཕྱི་སྟན་དང་།  
 ཅད་སྟན་ཉེན་སྒྲགས། ལས་བྱ་སེ་སེར་ཡང་དེ་མཚུངས་  
 བཅས་འབུལ་དགོས་བྲེལ་བེད་ཆེ་བྱུང་འདོད་ཆེན་ལྟེ་སྒྲེ་ཁོ་  
 ལ་ནི་དེ་འོས་སོ། ། འགྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་སྒྲུག་བསྐྱལ་  
 རང་བཞིན་འགྱུར་བཅས་འཁོར་བའི་ཐག་བཅས་བདེ། ། དེ་  
 དའི་རེ་ལ་ཡུན་དུ་སྒྲིང་བཞིན་བཟོད་བུལ་གདུང་བའི་རང་  
 བཞིན་ཅན། ། མཐོན་པོའི་བྲི་སྒྲིང་དར་གོས་གསེབ་ནས་ང་  
 མིན་སྐྱ་ཡི་བེལ་ངེམས་དེ། ། སྒྲང་ཉལ་སྒྲང་པོའི་བེད་  
 འཚུབ་ལས་བྲེལ་ནལ་མི་གནས་པའི་ཡིད་སྐྱས་འཤེས། །



རང་དང་གཞན་གྱི་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་རིགས་བརྩོན་  
 འཤེས་རབ་བཟེས་མིན་ཏེ། ། བསེད་ནམས་ཁོ་ནའི་ཇེས་སུ་  
 འགྲོ་ཞིས་གཏམ་རྒྱད་པོར་བདེན་ཞེན་གྱིས། ། གངས་  
 མང་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འགྲུར་སྒྲིག་སྒྲིགས་གཏོས་ཆེའི་ནམ་  
 དཀར་དཔུང་བསགས་བྱུང་། ། མི་འདོད་ནམ་མང་ཐོག་  
 བབས་མ་བཞེག་སྒྲོན་ལས་ཉིད་ལ་ལའང་བར་ཟད། ། གང་  
 ཆེ་དབང་བཅོན་ཡུལ་གཏན་ཆེ་རྒྱའི་སར། ། ལས་ངན་ལྷག་  
 མ་ཇི་བཞེན་གཞིལ་དཀའ་བའི། ། བུན་བསབས་སྤྲད་དུ་ཕོ་  
 ཉ་མངགས་ས་ན། ། མཆོད་འོས་དག་ལ་བསྟེ་སྤངས་ཅིར་  
 ཡང་བསྐྱུན། ། ཆོས་སྦྱོན་འཇོག་མེད་པར་གྱི་འཕུལ་མཆོ་  
 ཆེར། ། དག་འབྲེལ་ཚུ་ཐེགས་སྤྱང་ཙམ་དོན་ལྡན་ཕྱིར། །  
 ཐོས་བསམ་སྒྲིམ་པའི་སྟོབས་ཅུལ་མ་ཇོགས་བྱུང་། ། བྲེལ་  
 བའི་གསེང་བར་མཁས་ཚུལ་བྱ་བའང་བྱས། ། གཞོད་པས་



འཆེ་ལ་མི་འཛིགས་སྐྱབས་སྐྱོན་དང་། ། འདོད་པ་སྦྲང་ལ་  
 དེ་སྦྲང་དཔག་བསམ་ལྟར། ། རྒྱབས་ཆེན་གཙོ་འཛིན་ཉི་མ་  
 བྱེ་བའི་ཆོད། ། སྤྱ་མའི་ཇོ་བཟང་སྤྱན་བྱ་མེ་བྱེར་ཙམ། །  
 འདོད་པ་ཆང་གིས་རབ་ཕྱིས་གཉིས་འབྱུང་འགའ། ། ཇེ་བོ་  
 བསྐྱབ་པའི་གནས་ལས་རིང་གྱུར་ཅིང་། ། བག་མེད་འཆེལ་  
 དར་སྦྱོད་པའི་ངང་ཚུལ་གྱིས། ། མདོ་ཁམས་སྦྱེ་གྱུར་བདེ་  
 ཚེལ་འཛོམས་པ་དག ། མཁྱེན་སྦྱོན་དུས་དུག་འགྲོར་  
 གཟེགས་བྱགས་ཇེའི་ཡུལ། ། དགོངས་ཉི་མ་བརྟགས་  
 བཏང་སྟོམས་མི་མངའ་བས། ། འདི་རེས་བཀའ་ཡིག་  
 གཞན་གསེས་བྱ་མའི་སྒྲུལ། ། བདེ་དལ་དབྱིད་ཅིག་  
 གཡང་དུ་ཁྱག་དང་ལྟན། ། སྤྱིད་ཞེའི་ཤུན་ཆོགས་ཀུན་གྱེ་  
 སྦྱོད་གཅིག་ཤུ། ། ཡིད་དགའ་ཆོས་འཛིན་ས་ལ་འཕྲོས་པ་  
 ལྟར། ། ཐོ་བྱང་ཡང་ཐོག་གྱུབ་པའི་གཞལ་ཡས་ན། །



ཚེགས་ཀྱི་ཞིང་ནམས་སྤྱན་དྲངས་ཕྱག་མཆོད་ཡུལ། ། ཏྲ་  
 བཏན་སྤྱིང་ཞེས་སྤུམ་ལྡན་འདུས་པའི་གྲ། ། སྤྱིང་གསུམ་  
 གསལ་པའི་སྤྱོན་མེར་སྤྱན་པ་ཡི། ། ཉེར་མཁོ་འཆམས་  
 དང་མཆོད་ཆས་ནམ་མང་པོ། ། འཕྲལ་ལ་སྒྲུབ་པའི་འདུན་  
 བཙུན་ཅེར་ཡང་བསྐྱེད། ། ཚེས་༡༥ཉིན་དགོན་ཁག་སོ་  
 སོར་འདུལ་བྲིམས་སྤྱི་དང་། བྱད་པར་ཙུ་བཞི་ཆང་  
 བ་ལས་ཚོང་བཅས་མི་ཚོག་པ་དང་འགོ་ཁྲིམ་དཔོན་  
 འབངས་ནམས་སྤྱ་དགོ་བཙུའི་བྲིམས་ལས་མངོན་མཚན་  
 ཅན་འགའ་ཞིག་ཟུར་བཞོད་ག་ལམ་གསལ་བར་སྒྲུབས་  
 ཚེགས་བཅད་དུ་སྒྲེས་པ། ལྷག་པར་ངོན་རྒྱགས་མི་ཚོག་པ་  
 བཅས་ཀྱི་བཞོད་ཡིག་གྲངས་མང་བཅེས་བེན་དང་བསྒྲོ་  
 འཇའ་ལག་བྱེར་རིགས་ལ་ལས་བྲམ་པབ། ལྷ་མཆོད་དུས་  
 ཚེན་ཉིན་དགོན་ཐོག་དྲུང་ཇར་སྒྲ་བྲང་ནང་མ་ལས་ཚན།



དགོན་མ་བུའི་བླ་མ་ལས་སྒྲུབ། ཕྱིའི་ལས་བྱེད་ཏེ་ཟམ་འགོ་  
 རྫོས་མི་སྒྲུབ་ཚང་འཛོམས་དབུས། དེད་གྱི་མཇུག་ཐོག་སྒྱི་  
 མཛོད་འཛོན་མཁན་འགྲམ་ཐོག་ལྷེ་འཆང་ངག་ཆོལ་དུང་  
 ཡིག་ཆེན་མོ། མ་དགོན་དགོན་སར་ཡེ་འཤེས་ཚུལ་བྲིམས་  
 དང་། ཟླ་བ་བཟླ་ཚུལ་གཉིས་ལ་མ་དགོན་གཉིར་ཁང་ལྷེ་  
 འཆང་། ལྷ་གོང་ས་མཆོག་དབྱ་བྱེལ་སྐབས་མཉམ་བསྐྱོད་  
 ཞབས་ཞུས་གསོལ་དཔོན་འཁྱུལ་མི་ལྷེབ་རི་དུང་དབྱུས་  
 ཆོས་བཟང་དང་། ཐེས་པོ་ཚང་ཆོ་རིང་སྟོབས་ཚུལ། ཟླ་  
 སྟོད་ཚོང་སར་ཚང་དུང་དབྱུས་ཟླ་བ་གསུམ་ལ་གཞུང་  
 གཉིར། གཟིམས་གཡོགས་ཆོ་རིང་ལ་གསོལ་ཐབ་མ་ཆེན།  
 གཟིམས་དཔོན་འཕགས་འཤེས་ལ་ཁུ་མདའི་ལག་བདེ་  
 དང་། གསོལ་སྒྲན་པ་ཚུས་བསྟན་འདས་བུར་སྒྲིམ་གཞུང་  
 རྫོས་པ་བཅས་གྱི་བསྐྱོ་འཇུག་ལག་བྱེད་དང་འབྲེལ་བའི་



བཀའ་བསྐྱར་དང་། གྲུ་ཚང་དགེ་བསྐྱེས་ལ་སྐྱབ་གི་བསྐྱེ་  
 ལང་བརྟུང་མདའ་བྱར་ཕྱག་ནང་། ཅུ་ཆོག་ནམས་ཁུངས་  
 སྒྲོད་ཐོག་བཀོད་གསལ་བླང་དོར་ཡིན་ལྷགས་སུ་སྒྲོད་པ་  
 དགོས་སྒྱུ་འཁོར་མགོན་བརྟུང་མགོན་བསྐྱར་དང་། ཕྱི་ཉིན་དེ་  
 དོན་ཚུལ་བཞིན་ཞུ་གན་འབྲུ་མེ་ཆེའང་བླངས་སོ། དེས་པར་  
 དཀྱིལ་དམ་མདེ་རེ་ཙོར་བྱ་མགོན་དང་མགར་བ་ཚང་ཉེག་  
 ཉེག་ལྗེས་པ་དང་། འཕེབ་པ་བསེད་ནམས་ཆེ་རིང་དང་  
 ཕྱག་དོར་ཁག བྱ་དགོན་རབ་འབྱེར་ཨ་ཆེ་ཨ་འབད་དང་  
 ས་དགར་སྒྱེ། རྒྱ་ལོག་ངག་དབང་ཆེ་རིང་ཚང་ནང་ཁ་  
 ག་འཕེན་མིན། ལྷ་སྐྱང་སྒྲེ་སྒྱེ་དང་མདེའུ་འགའ་ཆ་གཉིས་ར་  
 ཟེར་ས་ཆོགས་སྐྱང་ལྷགས་ཐད། ཆ་མདེ་ཇིང་པ་རྒྱས་པོ་  
 དང་ཕུན་ཆོགས་དབང་རྒྱལ་ཞིང་དོན་ལྗེས་གྱར་སོགས་ལ་  
 ཞིབ་ཅུང་དཔྱད་མཆོམས་སོང་། མགོ་ལྗེའི་༡༡ཆོས་༤སྐྱར་



སྤྱང་དབུས་མདའ་འཁོལ་སྤྱིང་པའི་བ་སྒྲར་མཆོན་ཅི་བྲག་  
 གཡལ་ཏུ་སྟོན་སྒྲོང་བཞེན་དམག་སྒྲར་སྟོ་མ་འཁོར་བའི་  
 མདོ་སྟེ་མདུན་ཞུ་ཡིག་ཏེན་སྒྲགས་ལུལ། འདོན་དམག་  
 སྒྲོར་བཞེད་རྒྱ་སྟོན་སྤང་ལྷར་བེད་སྟོངས་སྟེའི་བསྟན་པ་  
 ཆབ་སྤྱིང་གྱི་དོན་ལ་ཞུ་རེ་ག་ཞེར་མི་ཆོག་པའི་འུག་སྒྲོང་  
 ཡང་བསྒྲར་བསྒྲགས་བྱུང་ཞིང་སྟོས་པར་ཉེ་བའི་སེམས་  
 ཁྱར་ངང་ར་བེ་བྲག་ལེབ་སྟོང་འཁོལ་ས་ཞིང་ལྷ་སྤྱང་སྟེ་  
 སྟེས་ལ་ཕག་སྒྲོབ་སྒྲོལ། སྒྲས་སྒྲོལ་འོད་ཟེར། ཨ་བོ་བཅས་  
 མདུན་ཡུལ་ལྷང་བདེ་ཙྰར་བཀའ་བརྒྱད་བདེ་ག་འཁོགས་  
 འདུས་པའི་སྒྲོབ་ཆེན་འཇུགས་ཐེབས་སུ་སྒྲར་བའི་གཉིས་  
 མེས་གན་རྒྱར་མགོ་མཆན་གཙང་བཙན་བྱེན། འདིས་  
 མཆོན་འགོ་མཆན་སྤང་བ་ཏུ་ཅང་མང་ཡང་གནད་ཆེ་ཁ་  
 འགས་ལས་བཀའ་དེབ་བེན་བྲིས་སུ་མ་འཁོད། མཛེས་བཅུ་



ནས་མཛོད་དམ་པའི་དགོངས་ཇོགས་དག་ཅུར་མ་ཉི་བུམ་  
 གླུ་འཕར་ཞག་གསུམ་འཇུགས་རྒྱ་ལྷ་གཞུང་གཉེར་ཁང་  
 ཏུ་ཐེབས་སྐྱར་བྱེད་གཏད་ཅམ་ཡང་མཐུན་འགྱུར་དེབ་  
 འཁོད་བྱས་སོ། ཆོས་༡ ་མགཞུང་གནས་གོང་སྤྱིད་བཀའ་  
 གསུམ་ཏུ་ཙུ་ཆོག་བྱད་པར་ཅན་བཀའ་དྲིན་སྐྱལ་ཐོབ་  
 དཔོན་འབངས་ཐུན་མེངས་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་ཞབས་  
 དེམ་ཐུགས་ཐོག་ཆོ་ཐར་ཆེག་ཁྲི་ཐམ་པ་དང་། ཆོ་  
 གཞུངས་ཏུ་ཐུར་བཅུ་ལྟན། ལྷ་བྱང་ནས་སྐྱག་མདུན་  
 མཆུལ་ཉེན་དོད་རྒྱ་དདུལ་སྤང་༥༠ཡེའི་ཙོག་བུམ་ ་ཡོད་  
 ཞུ་ཡིག་ཡུལ། རང་ཁོངས་དམག་ཕྱིས་ལེན་པར་རྗེས་སྐྱ་  
 སྐྱ་བཅར་སྐྱི་མཁན་བྱེད་མི་མདོ་ལས་མཁན་རྒྱ་ལྷོ་དག་  
 ཆོས་༡༡ལ་ཆབ་མདོ་ནས་ཐོག་མདའ་མཇུག་ཡོད་སྐྱར་མ་  
 ་ཤར་བས་ཏུ་བམ་ཁུངས་སེ་སེར་འགོ་རྗེས་དང་སྡེ་འབུས་



མི་སྣ་འཛོམས་དགོས་ཡི་གེ་སོང་། ཡོ་གསར་སྒྲུབས་བོད་  
 སྒོལ་གར་སྣ་བཅུ་གཉིས་ཐོག་རང་ཁོངས་བྱུན་མིན་གར་  
 ཅེད་གཅིག་བསྒྲན་གར་སྣ་༡ ཡུལ་བའི་གར་ལྷག་༡༤  
 དང་། རོལ་ཆ་བ་མི་༤བཅས་སྒྲུངས་བརྟེན་ཅེད་སོན་གྱི་  
 ཅེད་སྣས་མཆོན་དགེས་སྟོན་ཉིན་གཉིས་སྟོན་བོད་ས་  
 གནས་སྟོན་གཞུང་ནང་བཞིན་མི་འཁོས་ལ་མ་དཔེ་བའི་  
 གཟབས་འཕྲུལ་ཞིག་སྒྲ་མེ་ཡོད་འདུག་ཀྱང་ལྷགས་བྱི་  
 ཏུས་ཟེད་ཚུན་ཚུགས་མ་བྱུང་བ་གནངས་ཡོ་ནས་ཉམས་  
 གསོ་འགབ་ལྷགས་སྟོན་བ་ལྟར་སྟོན་གྱི་གར་དཔོན་  
 འཆམས་འཁོས་ནམས་ཆེད་འགྲགས་དང་འབྲེལ་གར་ལྷག་  
 འདེམ་སྒྲུག་བྱས། བསྐྱས་ཏུ་གྲོ་དག་དང་། རབ་བརྟན་།  
 བརྟན་བྱུང་། དོན་རྒྱལ་། དོན་ཆེན་རྒྱལ་མཆོན་ཁག་སྟོས་པ།  
 ཐང་ཆེན་སྟོན་ཁལ་མི་ནམས་ནས་ནང་ཁལ་ཆེ་བཙན་ལྷག་



ཁུར་སྒྱིད་རྒྱལ་སྒྲིམས་མིན་སྒྲོར་ཞུ་འཁོག་འབྱེར་དོན་ཞིབ་  
 དཔྱད་གཏན་འཁེབས་བཅོས། རྒྱལ་ལྗོངས་ཆོས་འཕྲི་ལྷན་གྲུབ་  
 སྤེལ་བཞི་བས་རང་ཁོངས་བུ་དགོན་གཙུག་ལག་གསར་  
 བཞེངས་ཉེར་མཁོ་སྒྲུར་ས་ནས་འཁོར་ཆ་གཙུང་ཆོག་ཡི་  
 གེ་འབྱེར། ཆོས་ལམ་གྲོན་མན་ལས་ཚན་ནམས་མཁན་སྒྲོ་  
 དམག་བསྐྱལ་ལ་འོང་བའི་བསུ་བར་ཕྱགས། འབྱེར་འཕུལ་  
 འག་ཏུ་བཅར་བར་འདོན་དམག་གལ་ཆེ་དུས་གཏུགས་  
 གྱི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་དང་འབྲེལ་སང་གནངས་འབྱུངས་མེད་  
 ལག་ཕྱེལ་པབ་ཆོག་ཅིས་འབུལ་ཞུ་དགོས་སྐད་ཆ་ཇིག་པ་  
 མ་ཟད། དེ་སྒྲོན་ས་སྒྲུ་དམ་པའི་ཕྱག་ཐམ་དགྲོས་མཁན་  
 ཐུག་གཡལ་མགར་བ་འཇམ་དབྱངས་ཞེས་པ་ཡིད་ཚོད་  
 དེར་ཁོང་གི་རྒྱ་ཐམ་ཞིག་དགྲོས་མངགས་ཉེར་ཡིག་ཏུ་  
 བདེ་སྒྱིད་ཅིས་སོགས་འཁོད་པ་དགོས་རྒྱུ། ལར་ནས་ཕྱེལ་



ཅེའི་ཁ་རིས་བདེ་སྐྱོད་ཅེས་པའི་ཡིག་འབྲུ་ཡོད་པ་ས་  
 དབང་ནམ་པ་དང་། དེ་དང་ཐོབ་འདྲའི་རིགས་ལས་རྒྱགས་  
 མི་ཆོག་གྲང་དེད་བྱེ་དེ་ཨའུ་ཅི་མིན་ནམ་སྟམ་ཞེས་པ་  
 ལས་འཕྲོས་དེ་སྒྲབས་ནས་སྐྱེ་མཁན་ཡིན་ཆུ་དེས་གཏན་  
 འཁེལ་བའི་གཟི་བརྗིད་གྲང་དེམས། བོད་སྒྲབས་གོང་མའི་  
 སྐྱ་བཅར་སྐྱེ་མཁན་ནི་དོ་གདོང་ལ་ལྷ་མི་མོད་པ་འདྲ་བའི་  
 གནས་སུ་གྱུར་པར་བརྟེན་དེད་མགོན་དྲུང་བཅས་དང་ཕོ་  
 ནས་ནང་ཁུལ་མི་སེར་ཐོག་དཔའ་ཆུ་སྟག་ལྟར་ངར་བ་  
 ལས་དོན་ལྷ་མོ་ལས་མེད་ག་ཤིས་བག་འབྱམས་ས་རྩ་  
 ཅོམ་དུ་གྱུར། དེད་ནམས་ཡག་སར་བསྐྱད་དེ་སྡེ་འབྲུས་  
 འགའ་ཞིག་འོག་སྐྱིག་འདོན་དམག་ཆིག་སྟོང་སྟོང་དགོས་  
 བྱུང་ན་སྡེ་འབངས་སྤྱང་དུད་སྟོང་ཆོ་ཁ་འགས་ཡོད་པ་བོད་  
 ཕྱོགས་གནས་སྡེ་ཆོག་པའི་ཞུ་ཡུལ་མཁན་སྟོ་བྲགས་སོ་



གསེད་མིན་ཅམ་བཟེས་པས། དམག་མི་ཕྱིས་འབྱུལ་  
 སྒྲུབས་ལེ་གྲངས་ཉེར་བརྒྱད་ལྷག་འོག་གི་སྒྲ་དམག་སྒྲ་ར་  
 ཅན་དང་སྒྲི་ཐེར་ཅན། མགོ་སེ་ཅན་མི་ཉུང་བ་ཕྱིས་འབྱུལ་  
 ཞུ་བཏེར་པན་ཅམ་ལས། ཁྲིང་ལ་ཆག་ཡངས་གཏོང་བའི་  
 དབང་ཆ་ནི་མེད་འདུག་ག་ཤིས་གནམ་བསྐྱེས་ཨི་དེའི་  
 རྒྱབ་ཟེལ་མ་བཟོད་མངའ་ཁྲིངས་ཡུལ་པར་སེན་ཁལ་ཞེ་  
 བདུན་ཞེ་དེ་འདྲོང་དུག་ཅེར་དམག་རྒྱང་ཅེ་དང་། འཕྲོག་  
 པར་དུད་ལྷ་ཅེར་རྒྱང་ཅེ་བཙུམས་བརྒྱ་ཕྱག་དུག་དང་ཅེ་དུག་  
 གི་དམག་ཡིག་གཏོང་དགོས་ཕུག ཆེས་༥ མཁན་རྒྱུ་  
 རང་༥ བག་རྒྱ་ཐེབས། དམག་དོན་ཆག་ཡངས་ཕུར་རྒྱགས་  
 གསེལ་འདེབས་ལ་ཆེས་གསང་བ་ཡིན་ཁལ་གྱིས། ས་བྱེ་  
 དང་༥ ཁྲིང་འབྲུག་དབྱེན་འགོག་སྒྲ་ཕྱིར་བྲག་གཡའ་འདོན་  
 དམག་ཆིག་སྒྲོང་ལྷ་བརྒྱ་ཡིན་ངེས་ཐོགས་ཡིག་ཞལ་



གསལ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་ཆིག་སྟོང་རང་ཡིན་ལྷགས་ཨ་འཐས་  
 ཆེ་ན་ཞུ་ཁུངས་འབྱེལ་མིན་ཁར། དེ་སྟོན་ཆིག་སྟོང་ལྔ་  
 བརྒྱའི་ཕོགས་ཞུས་ངོ་འགོ་ཆིག་སྟོང་ལས་མ་བྱས་འདྲ་  
 དགོངས་དོགས་སོགས་དང་། གོར་ཁར་དོགས་པ་དགོས་  
 རྒྱུན་ཁ་ཚ་རའི་མི་ངན་གཅིག་ལ་ཐུག་ཚུལ་ལོ་རྒྱས་དང་།  
 ཁོང་གིས་ཐག་མི་ཆོད་དེགས་མ་གཏོགས་དེ་མིན་པན་ཅི་  
 ཐོགས་གནང་རྒྱ་ཞལ་གྱིས་བཞེས། སྟོང་འིང་གསེལ་སྟོན་  
 ཞུ་མཇལ་དང་། མཁོ་ཆས་ཉེ་སྒྲུབ་བརྒྱུད་དཀྲོས་སོགས་ཅི་  
 མངགས་རྒྱ་བྱུག་གིས་བདག་པོ་མཐོང་འདྲ་བྱས། ཡང་  
 བསྐྱར་མདོ་སྒྱུར་མཁན་རྒྱུད་བརྒྱུད་འདོན་དམག་ལྔ་བརྒྱ་  
 རང་གིས་ཆོག་ཐབས་སྟན་ཞུ་འཛིན་ཉེན་བཅས་ཤུལ། སྒྱུན་  
 རས་གཟིགས་རང་བྱེན་དེ་སྒྱུ་ཡོད་པ་སྒྲུང་འོང་གནས་ཁྲ་  
 མའི་མཚམས་པ་ནམས་གྱི་སྒྲིག་ཡིག་བཙུམས། ཆོས་



༡༡ལེ་ལྷར་མ་ཉི་བུམ་སྒྱུབ་ཟླ་གཅིག་གི་མངུག་སྒྱུབས་ཇེ་  
 རིན་པོ་ཆེས་སེར་སྒྱུ་ཁྲོམ་ཆོགས་ཆེན་པོར་བུམ་དབང་  
 གནང་སར་བཅར་ཞིང་མཁན་རྒྱུ་ཡང་དབང་ཞུར་བྱུང་།  
 ཆོས་༡༤ཆོགས་ཆེན་གར་འཆམས་གཏོར་རྒྱགས་དང་།  
 རངས་གྲི་དུས་ལྷ་ས་བསྟན་རྒྱས་སྒྲིང་དུ་བོད་ཡུལ་ཙམ་ན་  
 བྱུང་པར་འཕགས་པའི་དགུ་གཏོར་གར་འཆམས་བྱ་སྒོལ་  
 དེ་བཞིན་བྲག་ཇེ་བདུན་པ་ཆེན་པོ་གྲ་སར་ཆོས་ཞུགས་  
 གེབས་སྒླབས་མགོན་ཆེ་ཁྲི་རྒྱུ་སྒྱུལ་སྒྱུས་མཉམ་བེད་གྲ་  
 ཚོང་བཅུ་དུག་སྒློར་ལ་སྒྱུངས་བརྟུང་བྱེད་བཅུག་རང་  
 ཁོངས་གམ་བཅར་གྲ་ཚོང་དུ་བཅུགས་པ་མ་ལས་བྱ་ཇེ་ག་  
 ལྷར་བཞུགས་འདིང་། བསྟན་རྒྱས་སྒྲིང་གྲ་ཚོང་ཉམས་ཉེས་  
 དབུས་གཙང་གོང་གསལ་གར་འཆམས་གྲི་འཁྱལ་ཇེས་  
 ཙམ་ཡང་མི་མངོན་པར་གྱུར་གྱུང་འདིར་ཡོངས་སུ་ཉམས་



མེད་དེ་མེ་དགུ་འཆམས་ཞེས་ཟླ་བ་༡༥་ནང་ཚུགས་སྟེལ་  
 བཞིན་གྱི་ཆོས་༡༤་དང་བཅུ་དགུ་མེ་མེར་སྟུ་གོན་དང་  
 དངོས་གཞིའི་འཆམས་མངལ་ལ་བཅར་ཞིང་། མཁན་  
 སྟོའང་བྱང་བ་འཆམས་གྱི་རིགས་འདི་འདྲ་མཐོང་མ་མྱོང་  
 ཞེས་ཏ་ལས། སྟུག་པ་མེ་ཡིས་མ་བརྟན། ཆོས་༡༤ནས་  
 དཔྱེན་འདུམ་འབྲུ་ཁྲིངས་སམ་རྒྱས་ཁྲིངས་རྒྱ་ཉིན་སྦྱང་མ།  
 གྲག་ཐོར། སྟེ་ཁུལ། འདག་སྦྱང་བཅས་འགྲང་ཁག་བཞི་  
 དང་། ཕྱི་ཉིན་རྒྱ་ལོག། རྒྱ་སྟོབ་ལ་མདུན་རྒྱབ། མདུང་སྟུ་  
 བཅས་གྱི་དམག་ཅིས་སྦྱང། གོང་ཇེ་མཆོག་སྟུ་མཆོམས་  
 བཅད་རྒྱར་བཞུགས། དཔའ་ཟླ་ནས་འདི་ལོར་གངས་ཞོང་  
 ཆེ་བར་སྦྱིད་སྟུག་ཞུ་འབྲེལ། ཕྱི་ལོ་ཟླ་བ་ལ་པར་གསང་ཇོང་  
 འབྲུ་འདྲིན་བྲག་གཡལ་ཏུ་ལམ་བསྟུར་ཆོག་པའི་འགོ་བམ་  
 མོང་དོན་ལམ་ཁེལ་མི་མེར་ལ་བཞོད་བྱབ་བྱ་དགོས་མདོ་



གྱིས་བཀའ་རྒྱ་ཕེབས་ལན་མི་སེར་ཉམས་དམན་གཅིག་  
 གུར་ལ་ར་ནད་ལྷག་དགྱི་མ་འཁོར་བའི་ཨ་འབྲས་ཞུ་བ་  
 དུལ། གྱི་ཚོགས་ཉིང་པའི་སྐབས་ཇིང་སྒོ་པན་ཚུན་གྱི་མཐུན་  
 ལམ་དེ་དང་དེ་བཞིན་འགྲུག་ངང་གནས། གོང་ཇིར་  
 དགོངས་བསྐྱོར་བཅས་མངའ་ཁུལ་སེན་ཁུལ་རྒྱ་ཆེར་སེང་  
 བས་སྒྲེ་མོ་ལས་བྱེད་དཔོན་ཁག་ཚོས་བར་ཐོས་མ་བྱས་  
 ཕྱིན་ཐུང་བྱུགས་མཁོ་དང་། གཞུང་སར་འབྲུལ་དགོས་  
 འབྲུ་ཁལ་དྲུག་སྒྲིང་དགོན་མ་བུའི་གཏོང་སྒོ་སོགས་འདིང་  
 དེས་ལ། འབྲུ་ཁལ་སྒྲིང་དམིགས་ཡིན་རྒྱུའི་སེན་གྱི་ལྷ་ཟུར་  
 འདི་བཞིན་ད་ནས་བཟུང་མི་དགོས་པའི་ཕྱ་ཆག་གཏོང་  
 ཕྱིས་ངན་འཁོར་ལ་མགོན་དུང་གཙོས་ལས་ཚན་པལ་ཆེར་  
 ཏ་ལས་ཅིན་འཕྲོར་གུར་པས་རྒྱ་སྒྲེལ་སྒྲིན་སེ་ནས་ལག་  
 ཇིས་བསྐྱབ་སེང་བ་ལས། འདི་དང་བྱན་བསབས་གཉིས་







བཀའ་བསྐྱར་དང་། བྱིངས་ལ་འཆར་ཅན་ཅུ་ཆོག་ དགོན་  
 ངར་འདུལ་བྱིམས། གསེར་ལམ་ཁག་ཏུ་ལམ་སེན་མེད་  
 ངར་ཏེ་ཁལ་བསྐྱལ་གཏོང་མི་ཆོག་པ་དང་། འདི་ལོ་ནས་  
 བཟུང་འདོན་ཁྲལ་ཡང་ཆ་བཅས་དུང་ཆེ་བརྒྱད་མགྱིན་  
 བསྐྱར་བྱས། མདོ་སྦྱི་དང་ལས་བྱ་ནམ་པ། ཆབ་མདོ་སྦྱ་  
 རྒྱག་སོགས་སུ་དགྲང་སར་ཏེན་འབྲེལ་སྦྲོན་ཡུལ་བཞིན་  
 སྦྱིར་ཡང་ཆབ་མདོ་སྦྱ་རྒྱག་སོགས་ནས་ཅེ་འཁོད་དུ་ལོ་  
 གསར་ལེགས་སྦྱས་ཏེན་འབྲུང་འཁོས་རྒྱ་ཆར་དུ་བསྦྱིལ།  
 འདོན་དམག་འགོ་འདོམས་ལྡེ་འཆར་དང་ལས་བྱ་དུང་  
 གཉེར་རིགས་སུ་བཟང་ཆོས་སྦྱོང་ལྟོག་ཏུ་བན་སྦྱིལ་ཡུལ་  
 ངར་ལྡེ་ཡེ་འཁོས་ཚུལ་བྱིམས། རུ་དགོན་དུང་སྦྱོ་བཟང་ཆོ་  
 བཏན། ངར་ཇ་དུང་ཡིག་གཉེར་བསྐྱར་དང་། གཉེར་སྦྱོ་  
 བཟང་ཆོ་དབང་བཅས་ཐོན། གོང་རྗེས་ལྡེ་ཡེ་ཚུལ་དགོངས་



ཁྲོལ་སོང་ལྷགས་མེབས་བཞིན་ལྡེ་འཆང་རིགས་བརྟགས་  
 སྒྲིལ་བསྐྱར་ཕུལ་བུ་དགོན་ལྡེ་འཆང་འཤེས་རབ་འབྱུར་  
 མེད་ལ་བབས་བཞིན་སེ་སོར་བྱེད་སྒྲེའི་ལག་བྱེད་སྤྱད།  
 འཤོག་འདུ་བུ་ལུ་དང་འེད་འེད་དེ་ཆོ་རིང་། ཟེས་ཟོར་སྒྲོ་  
 བཟང་ཡེ་འཤེས་དང་བསོད་ནམས་བཀྲ་འཤེས། ཟླ་སྟོང་སྟེ་  
 སྟེ་དོས་སྟོང་ལ་འཆོམས་མིན་སེགས་གྱི་དཔྱད་ཐུང་བཏང་།  
 ཆོས་༡༥ དམག་མི་ཆོའི་རེ་འདུན་ལྟར་ཚུ་ཆོག་ཚད་ལྟན་  
 དང་འབྲེལ་ཆོ་ལྟ་ནམ་གསུམ་གྱི་སྒྲུ་སྟོང་ལྟག་ལག་བསྐྱར་  
 གྱིས་སྤྱད། ཆོས་༡༥ བྲེག་ཆོན་གསེ་སྟོང་དང་འབྲེལ་སྒྲེར་  
 ནས་ཆོགས་ཆོན་དུ་བསྟེན་བཀྲར་ཉིན་འབྲེངས་དང་དུང་  
 ཡོན་༡ གྲ་ཚད་དུ་ཉིན་འབྲེངས་དང་དུང་ཡོན་༡ གྲ་རེར་  
 འབྲུ་ཞེ་རེའི་སྒྲུ་འབྲེད་ཕུལ། བུ་དགོན་ལྡེ་བསྐྱར་ཕུ་མདའ་  
 ས་ཆོགས་སྤྱད་སྤྱངས་སྒྲོར་དང་། ཟུལ་བཟང་འགོ་ཚབ་



ཚུལ་ཆོས། འཛིང་ཕྱིད་ཐུག་མཁན་མི་བརྒྱད། གཞུང་འཁོར་  
 གོན་ཆ་པརྒྱ་དཀར་ཐར་དང་སྦྱང་ཏེ་ཁག་ཆོས་པའི་དཔུང་  
 བྱ་མོང་། མཛོད་གོང་མས་གཟིམས་ར་ཁ་འགག་ས་ནས་  
 ཏིང་དཀར་དང་། ཟངས་ལེབ། ལྷགས་དེ་བཅས་ཉེས་རིན་  
 འཕྲེས་བསྐྱད་ཏམ་སྒྲོར་སྤུམ་སྒྲོང་བཟལ་བ་སྒྲོད་དགོས་  
 བྱན་འདིད་པ་ཞིག་ཀྱང་སྦྱབས་པ་དངོས་པོ་འདི་ཡིན་མི་  
 འདུག་ཀྱང་ལས་ཐམ་ཕབ་པའི་འཛིན་ལ་བརྟེན་བསབས་  
 དགོས་ཐུག་དགོན་རྒྱུད་རི་ཁྲོད་གྱི་སྒྲ་མ་དང་། དེ་འབྲེལ་རི་  
 ཁྲོད་པར་གྱུབ་མཐའི་ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས་འདུག་ཆོས་མི་བདེ་  
 བ་དང་། སྒྲོ་ལྷགས་ཕྱན་བུར་བྱལ་འགལ་སོགས་གཞོད་  
 འཆེ་མི་ཆོག་ཅིང་། དགོན་རྒྱུད་དུག་ཆེན་ཕྱིན། འོ་དང་  
 དཔལ་ལྷི་གཞོད་། རྒྱ་མདོ་ཡན་ལ་རྒྱ་རྒྱུ་བཀག་འཐུས།  
 རི་ཁྲོད་དུ་སྒྲོད་པ་ནམས་གྱིས་ཀྱང་དགོ་སྦྱབ་ལྷུར་ལེན་



ལས་བག་མེད་བྲིམས་འཆལ་མི་ཆོག་པའི་མེ་ཡོས་སྒྲིལ་  
 བཀའ་གཏན་སྒྲུག་གི་དབུ་མཆན་ཅན་ལ་བརྒྱབ་བསྐྱོན་བྱེན་  
 འདི་ལྟ་བུར་རི་བོད་ཆོས་ལུགས་པར་ལྟ་སྒྲིལ་བྱང་  
 དབང་སྒྲུང་པ་རེད། མངའ་བུལ་དམག་མིའི་འགྲོ་བཤྲངས་  
 སྒྲེར་རྒྱས་དཔྱད་དང་། བུ་དགོན་ནམས་བྱམས་མདུན།  
 དཔེན་འདུམ་དུ་སྒྲུང་ག་ཤིས་བརྒྱད་པ་དང་ཟླ་པར། རྒྱན་  
 རེ་དགོན་དུ་བསུ་གཞུངས་བརྒྱད་པ་ནམས་གྲེ་དམག་མི་  
 འཛོམས་བཞེད་དང་། གྲེ་རེ་རྒྱན་བཟང་དཔལ་ལྷོ། རྒྱ་སྒྲིབ་  
 དམག་ཙམ་འགྲུ་དང་གསེལ་གཡོག་སྒྲེ་ཆོ། རྒྱ་ལོག་དཔའ་  
 དཀར་རྒྱུ་དང་དབང་འདུས། ཕྱི་ལ་ཆེན་རྗེས་བསོད་  
 ནམས་དབང་འདུས་ཅན་རྒྱན་དོན། སྒྲེར་སྒྲོད་འཆོར་རྒྱུ་  
 ཁང་ཆོན་དང་འགའ་གཏེ་ཆོང་གྲུ་བུལ་དོན་སྒྲོས་གུར་  
 སོགས་ལ་དཔྱད་བྲ་སོང་། ལྷ་བྲིམས་བྱུང་དདུལ་ནས་གྲུ་



ཚང་འཆམས་ཆས་ཞུ་ནག་ཐོད་སྒྲམ་ཉི་ཟླ། གསེར་སྒྱེམས་  
 ཡུད་ཀོང་བཅས་༡༤ཟེ་བསྒྱུན་པ་གྲུབ་བོ། དེ་ནས་བྱ་  
 དགོན་ལས་སྒྱེ་སྒྲེ་དམངས་བཅས་ནས་འབོད་ནན་བཞིན་  
 མཛོད་ངོ་ལས་བྱམས་མདུན་དུ་བསྒྲོད་རྒྱུར་ཟླ་༡ཆོས་  
 ༡གོང་ཇི་མདུན་ཐོན་ཕྱག་ལ་བཅར་ཞིང་གྲུབ་རྒྱལ་ལྷགས་  
 གྱི་ཆོ་དབང་ཞུས། ཆོས་༥འདི་མགོན་རྒྱུད་ངོ་འཁོར་  
 བཅས་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་སྒྱུ་དང་ངོ་ཐང་བརྒྱད་ཆོས་  
 ༥བྱམས་མདུན་དུ་འབྱོར། བཙུ་ལྡ་ཉིན་ངེད་སྒྲེར་ནས་  
 ཆོགས་ཆེན་དགོ་འདུན་དམངས་ཡོངས་ལ་བསྒྲེན་བཀྱར་  
 ཉིན་འབྱོངས་ཐོག་བཟང་འབྲུ་ཞི་འེའི་སྒྱུ་འབྱོད། རང་བྱེན་  
 རྒྱལ་ཚབ་མ་པམ་པའི་སྤང་བརྟན་མདུན་སྟན་༥ལ་ཆོན་  
 སྒྱུ་ལྡ་པ་དང་སྒྲོང་མཆོད་ཡུལ། ཆོས་༡༤ཞུབ་ཟེ་ཞིག་  
 བརྒྱལ་བ་ཁྲག་གྲིབ་རྒྱུད་གསུམ་བསྒྲོངས་པའི་བྲོ་ནད་



ཚབས་ཆེན་གྱིས་བཏབ་པ་ལས་སྦྱིས་ཚོགས་ཆེན་གྲ་མང་  
 འཕྲལ་བསྐྱས་རྒྱབ་རིམ་བསྐྱབས་པར་སྐྱབས་ཐེ་སྦྱོག་པ་ན་  
 དགེ་བསྐྱོས་དུ་ནས་མཚམས་ཆད་པ་དང་། གྲ་མང་པོའང་  
 མཆི་མ་འབྱེན་ཞེས་སྦྱང་། མགོན་པོ་གསལ་སེམས་ཚབས་  
 གྱིས་མདོ་སྦྱར་སྟན་སངས་ཀྱང་བྱས། གདོང་ཀོང་མལ་  
 གཞིས་ནས་ཀྱང་རྒྱལ་བཀའ་སྦྱོག་པ་དང་། དུང་ཡོན་མང་  
 ཅམ་ཆས། རྒྱ་ཁྱེ་ཆོས་ནས་ནད་ཁམས་ཕྱང་དངས། བོང་  
 ས་རིན་པོ་ཆེར་ཞུས་སྐུལ་བཞིན་གྲོང་རེ་བུ་ཕུན་ཚོགས་  
 བཀྲ་འཁོལ་རྒྱས་སྤྱུ་མགོན་ཚབ་ཟེར་བ་འདིར་བརྒྱད་གཉིར་  
 དུས་ཆེན་དང་བསྐྱེད་བྱ་དགོན་ཕྱག་ཁང་ལྡེ་འཆང་གི་ལག་  
 བྱར་སྤྱད། ཆོས་ཀྱི་ལས་སྦྱིས་བརྗོད་ནན་བཞིན་བྲི་པ་  
 དགེ་བ་འཁོལ་ཕུན་ཚོགས་ཞེས་ཡོངས་འཛིན་སྦྱང་གི་དགེ་  
 གན་མཛོད་ལྡོང་རེ་དབུ་བཞུགས་ལས་ཚན་བྱིངས་དང་། ལྷ་



གྲུ་བཅོལ་ལྷ་ས་རེད་ལ་གཙུག་གཏོར་ནམ་པར་རྒྱལ་མའི་ཆོ་  
 ཆོག་སྒོ་ནས་འཆི་མེད་རིང་འཆོའི་ཉིན་འབྲེལ་རྒྱ་ཆེར་སྒྲིག་  
 པར་མཛད་དོ། ། སྤྱིད་ཞིར་བདེ་དགའི་པད་ཚལ་བཞད་  
 པའི་རྒྱ། ། བྱིམ་ས་གནིས་ཉིན་བྱེད་སྤང་བར་རག་ལས་ཆོ། །  
 བག་མེད་གནིད་ལས་སྤྱོད་བྱེད་ལྷ་ཡི་ར། ། ཡང་ཡང་ཇེ་  
 བོས་བརྒྱུད་བ་ལས་གྱི་ཡུལ། ། སྒྲོམ་གསུམ་བཅས་དང་  
 རང་བཞིན་དགར་མེན་ལས། ། བྱུང་པར་ཅུ་བཞི་ཆང་  
 བཅས་ལོག་འཆོ་ཀུན། ། མ་བསྐྱམས་དགེ་སྦྱོང་ཆས་གྱིས་  
 ཅིར་རུང་ཞེས། ། འཇམ་ལ་དམ་པའི་དར་མདུད་ཅི་ཡང་  
 བཅིངས། ། དངོས་སུ་མི་དང་བདག་མེད་དུད་འགྲོར་སྒོག་  
 ལ་རྟོལ་བ་ལྷ་ཞོག་གི། ། གྱུ་ཆོམ་དང་ཐུང་འཐབ་དང་  
 འཛིང་ལྷས་མི་ཐེག་ཁུར་འགེལ་ལ་སོགས་པའི། ། གཞན་  
 ལ་འཆོ་བ་ནམ་པར་སྤངས་ཏེ་ཐེག་པ་ཆེ་ལ་ཁྲིག་ཡངས་



དཔེ། ། བསྐྱབ་འདོམས་མིག་གསུམ་གཙུག་གི་ནོར་བུས་  
 ཚུལ་མིན་གདུང་བའི་ཕྱ་བ་ཡུངས། ། མ་བྱེན་བཞིན་དུ་  
 འཇབ་བུས་ལེན་དང་ཇག་བདུང་ཆེས་པོ་དགོར་ལ་  
 འབགས། ། ཟློས་འགྱུར་བུ་དང་བར་མཆོམས་ཆོགས་མེད་  
 སྟོང་རྒྱན་སྒྲིག་ཆེ་བའི་ཕྱིད་མེས་གཡེངས། ། དུན་ཆོགས་  
 ཡོངས་སྟོང་འཕུལ་ལ་གཞོམ་མིན་བས་ནོར་སྟོང་འཤེས་  
 ཡིད་དྲང་ལ། ། བློ་སྤང་སོགས་ལ་གཡེ་སྒྱུའི་ངང་ཚུལ་མི་  
 མངོན་རྒྱ་མཆོའི་པ་རེལ་བསྒྲད། ། བདུན་བརྒྱད་ཉི་འབྲེལ་  
 བྱིམ་ཐབས་བྱང་བསྐྱབས་བདག་ཅན་པོ་མེའི་བར་ཞུགས་  
 བ། ། བྱོ་འུགས་ངན་མཐུན་སྟོང་བྱེད་སྒྲིག་མནར་བྱིལ་  
 འདོམས་སྤངས་པ་རྒྱང་བསྐྱངས་ཏེ། ། ཅུལ་རྒྱང་བསྐྱོ་བའི་  
 དག་ལ་མི་ཉོན་མཛེའ་བར་བྱིལ་གཞུང་བྱིན་ལན་སྟོན། ། དེ་  
 སོགས་སྤངས་དོར་ལེགས་འདོམས་མཆོན་བྱིས་ཉེས་པའི་



དུག་སྒྲིང་གཅིང་ཕྱིར་བཅུན། ། དམ་པའི་ཡུལ་ལ་སྒྲོ་  
 འདྲེགས་སྐྱར་འདེབས་དང་། ། ལེག་པར་མངོན་སྒྱུར་  
 བསྐྱབ་ཕྱིར་བྲོ་བོར་བ། ། རང་གཞན་མང་བསྐྱ་སྤྱིན་མེ་  
 འཇུ་པའི་མཆོང་། ། བརྟེན་ཕྱིར་དེད་དཔོན་མཁས་པའི་  
 གདམས་ངག་བསྟན། ། རྫོང་ཁག་པན་ཚུན་ལྟ་མི་དགོན་སྡེ་  
 དང་། ། དཔོན་འབངས་བྱབ་མཐའ་ཡུལ་མི་མཛེའ་བྲོགས་  
 སེགས། ། མཛེའ་བཅུའི་འབྲེལ་བར་ཡུང་སྒྱུར་དབྱུགས་  
 གཞིའི་མཆོན། ། མི་འཇུག་མཐུན་སྒྲིལ་ཏྲག་པའི་དེ་རྫོང་  
 བསྐྱར། ། ངག་འཇམ་སྐྱ་མཁས་ལས་ལྷོག་བྱ་མེད་པར། །  
 བྲོ་དང་འདྲོད་པས་ཀུན་བསྐྱངས་བརྒྱང་པའི་ཆོག། ། བྱ་  
 མཆོན་བྲལ་བཞིན་བསྟོན་འཇུགས་ངན་འཆོ་སེགས། །  
 གནད་དུ་ཕོག་པའི་མཆོན་གྱི་དབལ་ཡང་བཅུག ། མ་གལ་  
 བྱ་བར་ཕྱི་ཆོགས་སྒྲིང་ངན་དང་། ། འབྲེལ་མེད་གཏམ་



འཆལ་ཁ་ན་མ་ཐོ་བ། ། མི་དག་སྤྱེལ་བྱེད་བརྗོད་དོན་སྟོང་  
 དཔེ་ངག ། ཡུང་བའི་ཁ་ལ་སྒྲ་བཅད་རྒྱ་ཡང་བྱིན། ། རང་  
 ལ་མི་འཆོམས་ཡུན་སྤུམ་ཆོགས་པའི་དཔལ། ། མངོན་  
 འདོད་རེ་བ་སྟོང་པར་མི་རྣམས་འཁོར་། ། ཡ་རབས་སྟོང་  
 བ་བཟང་པོར་ལྷ་བ་ཡི། ། ཆོག་འཁོས་རིག་པའི་མིག་རེ་  
 གསལ་བར་བྱས། ། བ་རེལ་དཔལ་འབྱེད་མི་བཟོད་འཁོན་  
 གྱི་མ། ། ཡོངས་བཅིལ་རྒྱད་ལ་ལས་གྱི་གྲོགས་དན་དང་། །  
 རོར་ལྡོས་བསྐྱེ་སྟེར་ལ་སོགས་ཡུལ་མི་ལ། ། བན་འདོགས་  
 རྒྱལ་སྤྲས་སྟོང་པའི་ལམ་དུ་འང་དགྱེས། ། ལས་གྱི་ནམ་  
 སྟོན་བསྐྱེ་བ་མེད་འཁོས་དཀོན་མཆོག་ལ་གུས་མཆོད་སྟོན་  
 བཅོམ། ། ཡན་ལག་ལྔ་བརྒྱད་སྟེམ་བྲིམས་ལ་བཅོམ་ཉ་ལྟར་  
 དགོངས་དོན་དམ་ཆོས་སྒྲུབ། ། བ་མ་སྟོ་ལྟན་ཀན་ལ་གོང་  
 བཀུར་སྟེ་སྟེམས་ཡག་དོག་མི་བྱ་བའི། ། མི་ཆོས་གཙང་མ་



བུ་རྒྱལ་ལམ་སྒྲིལ་བྲག་གི་ལྗོངས་ན་བསྐྱར་མར་བཏོད། །  
 གམ་ན་གནས་པའི་རང་ལོངས་གདོང་གི་སྒྲིན། ། མི་མངོན་  
 གཞན་ཚུལ་ཏོག་ལ་ཆེས་བྲིན་པའི། ། ཅེ་རེ་ལོང་ལགས་  
 རྒྱུ་མ་གཞི་སྒྲོང་བའི་བྱེད། ། རང་རང་ཡུས་པའི་གཏམ་ནི་  
 བྱེགས་ཀྱན་འགོངས། ། དཔུང་པས་ཡང་ཡང་བྱིས་པ་  
 བཞིན་གྱི་སྒྲོང། ། དངས་ཤེལ་གཙང་མར་ངང་ཚུལ་ངོ་  
 སྒྲོང་དེ། ། ལའོན་གྱི་དྲི་མ་ཡོངས་འབྲུ་དཔུང་མཚམས་ཟུ། །  
 བཅན་པའི་རྟོག་དང་བྲལ་བའི་དག་བྱེད་སྒྲོང་། ། ཞི་བའི་  
 བྱོང་བྱེད་མ་རྟོན་ལའོར་བའི་ནགས། ། འཇིགས་རུས་བས་  
 མཐར་འབྲུམས་ལ་ངལ་འཆོ་རུ། ། རང་རང་ངོ་སྒྲལ་དང་  
 འཆམས་མགོན་ཁང་བཞིན། ། དེ་སྒྲོང་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་  
 སྒྲན་ཟུར་རེལ། ། ལྷགས་ཟུང་ཆབ་སྲིད་ཞིང་པའི་སྒྲིག། །  
 བསྐྱར་བྱིར་དཔའ་མཛོངས་ཤུལ་བྱིན་དཔུང་། ། རང་འབྲིའི་



རྟོང་དམག་ག་རེ་ཞེས། ། ཅུས་བ་ཤེར་བྱེད་པའི་དཔེན་  
 ཆེན་ལྷགས། ། མི་དམངས་བདེ་སྤྱོད་ཡོངས་འདྲའི་ལྷོན། །  
 ཁོང་ལ་སྤྱོད་འདྲའི་སྒོག་གནས་ཏེ། ། འཛོལ་ཕྱི་མ་ནན་བྱེས་  
 རྒྱས་མེད་བྱུང་། ། ཁུ་ཚུར་གསེར་ནས་རྒྱག་རིགས་མེད། །  
 དམིགས་ཡུལ་མ་འཚལ་རལ་གྱི་འདྲོད་། ། ཡོང་མཚོང་  
 བྱ་དགོས་འབངས་ནམས་གྱེ། ། སྒྱབས་གསེལ་བྱ་ངན་སྒྲེ་  
 ངག་མདས། ། གནད་དུ་བྱུག་པ་སྒྱ་ཡིས་བཟེད། ། རྒྱབ་ཏུ་  
 འཛོགས་དགའི་གཡང་གཟར་ཞིང་། ། མདུན་དུ་བརྒྱལ་  
 དགའི་སྒྱུང་འབབ་པ། ། རབ་ཏུ་དོག་པའི་འཕྲང་འགག་  
 འདྲིར། ། གཙུར་ལ་དང་པོར་རྒྱལ་བར་འོས། ། མགོ་བླུ་མ་  
 དགོ་སྤྱོད་ཚུལ་འཛིན་བཞིན། ། དམག་གི་བསྒྱལ་བརྒྱུ་མི་  
 ཞུམ་པ། ། བདག་ཏུ་འདོད་ལྷས་ཚུ་སྤྱོད་གྱེ། ། དར་ཆ་  
 འཕྱར་ལ་མངགས་པ་སྒྱུམ། ། མང་པོའི་རེ་འདྲན་སྤོང་སྤོང་



མི་པམ་པའི། ། ལྷ་བརྟན་གྱིས་དག་དགའ་ལྡན་གཉིས་  
 པའི་དཔལ། ། ལྷ་བས་པའི་ཡུལ་བསྐྱེད་ཆོགས་གྱི་ཞིང་ཀུན་  
 ལ། ། བསགས་སྒྱུངས་སྒྲིང་དུ་ནམ་དགར་མཆོད་སྒྱུན་  
 སྒྲོས། ། དགར་མིན་འབྲས་བུ་མཐོང་ཆོས་སུ། ། ལྷ་བ་ཇི་  
 བཞིན་བརྟག་དགའ་བའི། ། ཐོ་ནད་དྲག་པོས་གཟེར་བ་  
 བ། ། ནད་མིད་ནམས་གྲང་ཆོས་ཆེར་འབྱུན། ། སིམ་པའི་  
 འོད་ཁྱོད་རྟག་ཅམ་ཡང་། ། མཆོན་མེ་འདི་ན་དོན་ལྗེའི་  
 སྒྲིང་། ། གསེན་ཆོ་གཙུག་ན་ལྷ་བ་ལྟར། ། དེ་ཀེར་ཕྱི་མེར་  
 མཆོད་དེ་སྒྲིང་། ། འཆོ་བའི་མཐའ་དུ་ལྷུང་ཉི་བར། ། མཆོག་  
 གསུམ་བུགས་ཇིའི་ཕྱག་བརྒྱངས་པས། ། དྲངས་སམ་ཡིད་  
 བཞིན་དང་མཚུངས་ལུས། ། དོན་ཆོན་ཉིན་དུ་སྒྲུར་ཡང་  
 ཉིང་། ། འདི་ཡི་ཡིད་འབྱུང་འཐོར་ཉི་བས། ། ལུས་ལ་  
 མནར་བ་ཁོ་ན་ཡིས། ། ཅི་ཞེས་སྟོབས་ཆོན་ནད་གདོན་



གྱིས། ། བཟུང་བ་མི་མངོན་དལ་བུས་བཏང་། ། ས་ཟླའི་  
 རང་ཇོ་ཐང་ཆོས་དར་གྱིས་ཇོ་ཐང་བུར་ས་ཁང་ནང་སྤྱད་སྡེ་  
 སྡེ་ནང་ཐེགས་མིན་སྟོར་དང་། བ་ཆུན་ཚང་དང་ལྟོ་བ་  
 དབང་བཟ། འཕོ་འདྲུ་ཁང་སར་ཚང་སྟོར། ག་བེ་ལྷག་པ་  
 ཚང་དང་ལྷ་ཆོ་ཁག་ཟློས་པ། ར་གཞུབས་ཚང་གྲ་མགོན་  
 དང་གཞུང་འཕོད་ཨ་བཏན། ལེ་ཨ་བསམ་སེགས་ལ་  
 དཔུང་མཆམས་བཏང་། སྟོན་དུ་གཞུང་གནས་ནས་ལོ་  
 དེམ་ཅུ་ཆོག་སྐྱལ་དགོངས་ཐོག བོད་རྒྱུ་ལྷ་ས་  
 ཕྱིར་ཕེབས་འཕར་བཅས་འཕྲལ་སྐྱབ་གྱིས་གྲུབ་ཐོ་ངས་  
 བསྐྱེདས་དགོས་ལྷགས། སྤྱ་ལོར་བཞོད་སེང་བཞིན་ཡུལ་  
 འཕྲོག་སེ་སེས་དགོང་འདོན། དུས་བཟང་ལ་ཉ་འུར་བསྟེན་  
 གནས། ཡར་མར་ཆོས་བཟུ་སེགས་ནམ་དགར་ཅི་ལྟོག་  
 དེས། མི་འཇུས་དགོར་ཟས་མནའ་སྡིག་རྒྱ་རྒྱུ་ཇོན་ཇག་ཆོས་



མས་འཐབ་སྤྲོད་རྒྱུ་མཆོན་སྤང་དེར་འཇོལ་མེད་སྤྲོད་  
 དགོས་འགོ་རྫོས་སེ་སེར་བཀོད་ཡིག་བཏང་། བར་འདིར་  
 སྤོན་བསྐྱལ་དམག་མང་ཐུང་ཆ་གཅིག་ཐོག་ཐོན་ཆོག་ཨང་  
 སར་དགོས་ལྷགས་འབྲེལ་བྱེད་ས་ཕྱིར་སློག་གིས་བརྒྱ་  
 སྒྲེར་ཞིག་ལ་རྒྱན་ནི་དགོན་དུ་གྲུ་བཞི་དམག་དགོས་  
 དམག་ཕྱིད་སློབ་དགོས་བཀའ་མ་གཅིག་ཅུ་ཞིག་ཡོད་  
 ལུར་སྤོན་རྒྱུ་མཇུག་ཆབ་ཡོད་གཉེར་དོན་ཆོས་སེགས་  
 ནས་གོར་ཁྱི་དང་ཞི་གོས་འགྲིགས་སྤྲོད་བཞེན་ད་ཆར་  
 དམག་མང་ལྟ་ས་རང་དུ་ཐོན་དགོས་མེད་ལྷགས་གསང་  
 འབྱེད་ནང་ལྷགས་འབྱེད་བ་དམག་སྤྲོད་བྱེད་མཁན་ནུམས་  
 གུང་ཞག་འགས་དགོངས་ཞུ་ཡིན་ཚུལ་ཕྱིར་གྲོལ་ནང་དོན་  
 སློ་བཤེར་གྱུར་པ་ཅུ་ལས། གོང་དོན་གནས་ཚུལ་དང་  
 འབྲེལ་བྱེད་སློག་བྱ་འབྲས་བཀའ་རྒྱ་བྱབ་བསྐྱབས་མ་བྱུང་



བ། བྱིས་ཚང་གི་མི་དེའམ། སྒྲ་དམག་གང་ལྟར་བྱེ་འགོ་  
 གྲུབས་ག་ཤོས་ངང་ཉིན་གཅིག་ལྷུས་གྲུང་གྲོང་གྲུང་ཅི་  
 ཆེར་ལྷོས་མེད་དགའ་ལྡན་པོ་བྲང་པའི་བཀའ་སྒྲོན་མི་སེར་  
 འཆོ་སྦྱང་བྱེད་པེ་ཡིན་མདོག་ནམས་བ་མཆུ་བདར་རྒྱ་ཁོ་ན་  
 ལས་མེད་པའི་ལོག་སྦྱང་དེ་བོ་བཟོ་ལྟ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན།  
 ཆོས་༡༩ ནས་སྒྲ་གཞུང་གི་སྦྱོ་སྦྱོན་ཉིན་བདུན་སྦྱང་བྱམས་  
 སྦྱང་དཔོན་ཁག་ཆོའི་ཉིན་དེ་བཅས་ཉམ་ཐག་མི་སེར་བྲལ་  
 དམག་གཉིས་བསྐྱངས་ལྟོ་གོས་བཀོལ་སྦྱང་ཐ་ཆད་ངན་  
 འགོ་ལྟ་བུར་དེད་ཆོ་རྒྱགས་ཐལ་ཅེད་བྱེའི་སྦྱོག་པ་དེ་སྦྱང་  
 བཀའ་མཐར་མ་ཞུའི་བྱོ་ནད་བྱིས་ཤིག་གཟེར་མི་རྒྱགས་  
 དེས་པ་ག་ལ་ཡོད། འདི་དག་བདེ་བར་སྦྱོང་ཤིག་ཅེས། །  
 ལྷག་བྱ་སྦྱང་གིར་བཅོལ་བ་ན། །གཟན་ཅུའི་སྟ་གོན་ལྟ་  
 ཞིག་གི། །བྲག་འཛིབ་སྒྲགས་བ་ཤུའི་གདུང་བ་འཕྲོབ། །



དམངས་ནམས་ཁྱལ་དང་དམག་གིས་དབྱལ་ཕྱིངས་དང་།  
 ཁགོལ་སྒྱུད་ཡི་རྒྱགས་དུད་འགྲོའི་ངང་ཚུལ་ལ། འགའ་  
 ཞིག་དར་ཟབ་སྐབས་ན་རྒྱགས་ཕྱིད་གྱིས། ཁུས་འདའ་  
 གནམ་ས་ལྷ་བུའི་བྱད་འདི་ཅི། ཁཅས་ཆེ་མངལ་ནས་  
 གཅེར་བུར་ལྷགས་པ་དང་། ཐ་མར་རང་ལུས་ཉིད་བྱང་  
 འདོར་དགོས་པ། ཁྱེན་སྒྲིམས་ཆོས་ཉིད་བདེ་ཐང་ཆེན་པོ་  
 འདིར། འོས་མིན་སྒྲུང་ག་ཤིང་ཆེ་འདི་ཅི་ལས་གྲུབ། ། དེ་  
 ནས་ཕྱག་གཉེར་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱིས་རྒྱགས་ལམ་སྒྲིལ་  
 བར་ལམ་རྒྱལ་པ་བྱུང་སྤང་ཕྱིས་ཁྱ་ཁམས་དངས་རང་ཅོམ་  
 མི་འདུག་རུང་བཟང་པོའི་སྒྲིལ་གཏོད་ཅོམ་དང་། ཨར་  
 འདོམས་སོགས་ནས་གཞུང་གྲུད། མི་སེར་ཐོག་བདེབས་  
 མནར་བཏང་སྤང་མཛོད་དམ་པའི་ཞིབ་འདུག་འཕྲོ་སྒྱུད་།  
 བུམས་ཆེན་གྱི་སྒྲུ་གསར་བཞེངས་ལ་གཟུངས་འབུལ།



དཔེན་རིགས་ཁག་གི་སྔོན་སྒྲིག་ཏུ་ཐབ་ལག་གཡོག་  
 སོགས་ཀྱི་ཞིབ་ཆ། གཙུག་ལག་གསར་བཞེངས་དགོས་  
 མཁེར་འཁོར་གཙོད་དོ་དམ་ཁྱདས་སོ་སོར་མི་སེར་ཐོག་  
 དོན་མེད་བརྟམས་མནར་མི་ཆོག་པ་དང་། གཞུང་དོན་  
 འགྱུརས་མེད་འཕུལ་སྐྱབ་འཕུས་ཚང་དགོས་བཞེད་  
 སོགས་གདན་ཁྱིའི་སྔོན་གི་མཛུབ་མོ་རི་སྔོན་ལ་ནམ་པར་  
 སྒྱེན། དུམས་མདུན་འདི་དཔྱེན་འདུམ་དང་མི་མཚུངས་སྔོན་  
 གནས་བསེལ་དྲོད་སྒྲིམས་ཀྱང་ཆོག་མི་འཤེས་པས་འཁོར་  
 བཅས་ལྟང་ཕྱུ་འོ་འཁོམ་འཁོར་ཨེ་ཨྱི་དགོན་དབྱར་སེང་དུ་  
 བསྒྱེད། རྒྱ་བཟའ་ཀོང་ཇོ་འོ་ཕྱག་བཟོ་རི་མདའ་ནམ་སྒྲུང་  
 མཇལ་ཞིང་ཕྱག་མཆོད་ཀྱིས་ཀ་འཁོར་གྱུར་ཁང་ནམ་པར་  
 བཀྲ་བའི་སྒྲུང་དུ་སྒྲེབས། གནམ་ཆར་དགོན་པའི་སེམས་  
 བྲལ་ཅོམ་ལས་ཕྱང་ཞིག་འགོལ་གནས་སུ་སོང་བས་དོན་



མེད་བྲེལ་གཡེངས་ཕྱན་ལྟོད་སྒྲུང་བའི་དར་ལྗེ་དེ་བདེ་བའི་  
 ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད། དུག་པའི་ཆོས་ལ་ཉིན་ཐེག་ཆེན་གསེ་  
 སྒྲིང་བཅས་སྒྲེར་ནས་ནམ་སྒྲུང་མདུན་སྒྲིང་མཆོད་དང་  
 འབྲེལ་འོ་འབོམ་ཁང་ཆོན་གྱི་ཆོགས་པར་བསྐྱེན་བཀྱར་ང་  
 ཐུག་སྐྱེ་འབྱེད་ཀྱི་མ་དེ་བཅས་ལུལ། ཁུལ་འདིར་དེ་སྒྲིན་  
 དཔལ་ལྷན་འབྲུག་པ་སོགས་གྱི་སྐབས་གྲུབ་ཐོབ་ནམས་དེ་  
 ཕན་ཚུན་འཕྱར་འཁུལ་ཡིན་སྒྲིང་དང་། རང་བྱོན་སྐྱེ་ཆོགས་  
 ཡོད་པའི་ཐུག་པ་ཡ་མཆོན་ཅན་མཇལ་རྒྱ་འདུག་པར།  
 ཟག་བཅས་རིག་ཆོར་རྗེས་འབྲངས་སྒྲིང་ཞིན་དང་བུལ་  
 བའི། ། ནམ་བུང་འཕགས་ལམ་བདེ་བ་མ་ཐོབ་པ་དེ་སྒྲིང་། །  
 འབར་བའི་ལྷགས་བྱིམ་དང་མཚུངས་འཁོར་བ་པའི་  
 གནས་ཀྱན། ། གང་དུ་བྱིན་ཡང་སྐྱེ་བ་སངས་པ་ཞིག་  
 དཀའ་མོད། ། བྱིས་པ་འབྱེད་པའི་ཕྱིད་འདྲི་སྐྱེ་མ་ཡི་འཕུལ་



འཁོར། ། འདུས་བྱས་མི་ཉལ་འགྱུར་བ་མངོན་སུམ་དུ་  
 མཆོན་པ། ། མངོན་ཅན་མ་ལ་ཕྱག་འདྲེ་ཉལ་སྒྲུང་གི་  
 འཕྲལ་བདེ། ། སྒྲིབ་སྒྲེལ་བའི་ཐབས་ལ་སྒྲིབ་སངས་སུ་  
 བསྟན་དེ། ། དབྱར་གྱི་དཔལ་མེས་བྱེན་པའི་སྒྲུང་སྒྲུངས་གྱི་  
 སྒྲེག་འཆོས། ། སྒྲུ་ཆོགས་མི་ཉལ་བཟླ་བའི་ལང་ཆོ་ཡི་  
 མངོས་སུ། རྒྱ་བཟའི་ཕྱག་རྒྱེས་བཞེད་འོ་འབོམ་པའི་  
 ཡུལ་དུ། ། ཨི་ཨྱི་ཞེས་གྲགས་ཉམས་དགའི་རི་རོགས་སུ་  
 སྒྲེབས་སོ། ། ཁང་བྱིམ་སྒྲོས་པ་མི་དགོས་ཆར་སྒྲིབ་གྱི་  
 བསེལ་གཡབས། ། བྲག་གི་ཁུང་བྱས་ཆོག་འཕེས་སྒྲོན་  
 བྱུང་གི་དམ་པ། ། རིག་འཛོན་ས་རུ་བཞུད་གྱུང་བྱིན་རྒྱབས་  
 གྱི་དགོ་མཆོན། ། གནས་ལ་སེམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་མངོན་གྱུར་  
 འདི་ལེགས་མེད། ། དེ་རྒྱུ་གྱི་གནས་མཆོག་ཅུ་ཐེག་  
 གི་སྒྲུབས་ན། ། གདོད་ནས་ཡོངས་རྒྱུགས་ལྷ་སྒྲུའི་རང་



ཞལ་དེ་མ་མཇལ། ། སྒྲེས་བཅུགས་བྱེདེལ་གནས་ན་རང་  
 བྱང་གི་ལྟ་ཞེས། ། ས་དྲོའི་ནམ་འགྱུར་དབྱེབས་བྱེདེ་སྒྲོད་  
 འདི་མཚར་བ། ། འཇམ་པའི་རྩ་ལྡང་གིས་བྱབ་སྒྲུང་སྒྲོངས་  
 བྱེདེ་རར། ། སྒྲ་ཚླགས་ཐུ་སྒྲེས་འབྲིགས་པའི་དགའ་ཚལ་  
 འདི་མཛེས་བྱང་། ། མི་དགའེ་ལས་བྱེས་སྒྲོས་པའི་ཚ་བེར་  
 བྱེ་གདུང་བས། ། ལེ་སྒྲོང་སྒྲོན་ལྟར་བྱུར་པའི་སེར་  
 མདངས་འདི་སྒྲོ་བ། ། འདུལ་སྒྲོང་ཆགས་སྒྲུང་རྟོག་པ་རྩུབ་  
 དེ་ཡིས་མ་རེག། འཕྲལ་སྒྲུང་འཇུམ་པ་སྒྲེར་བའི་ཕྱེད་  
 བྲོགས་ཚླགས་བཟང་ཡང་། ། དེ་བ་ཚླག་མི་འཁེས་པའི་སྒྲེ་  
 བེ་ཡི་འདྲོད་སྒྲོང་། ། མགུ་དགའ་མི་ཆེས་ངེས་མདངས་  
 སྒྲུང་དགོས་འདི་ངལ་བ། ། སྒྲོན་འཁེར་དགའ་མགུའི་  
 གནས་ན་གུ་ཡངས་བྱེ་སྒྲོད་པ། ། ཁ་མཚར་སྒྲུ་བྲོའི་ཕྱེད་  
 མེས་རེ་རྒྱང་ཞིག་བདེ་ཡང་། ། རྟག་ཏུ་ཕྱེད་སྒྲོག་ལ་གནས་



གོས་རྩལ་ཅན་དམངས་ཚོགས། ། དོན་མེད་ཕྱགས་ལྟར་  
 བཞེལ་བའི་ངང་ཚུལ་འདི་སྟུག་པ། ། དྲན་པས་གདུང་  
 སེལ་ཇི་བཅུན་དཔལ་ལྡན་གྱི་སྒྲ་མ། ། སྒྱབས་གཅིག་  
 མཆོག་གསུམ་ཉིན་བྱེད་བྱེད་རྒྱབས་གྱི་འོད་སྣང་། ། བདག་  
 ཉིང་པ་ཐོའི་ཟེུ་འབྱར་འབྱལ་མེད་དུ་རེལ་ཏེ། ། སྟེག་སྟུག་  
 བད་གི་མུན་ཆེན་ལྟག་མེད་དུ་སེལ་དང་། ། ཉོན་མེདས་  
 རྒྱང་གིས་བྱས་པ་ལས་ངན་གྱི་མེ་ལྷེས། ། ཡུང་པོ་བྱབ་  
 པར་ཡོག་པའི་རེག་བྱ་ལས་རྩྱུབ་པ། ། གདུང་སེལ་འགོག་  
 ལམ་བདུད་ཅི་ཆད་མེད་དུ་འཇོ་བས། ། ཟག་མེད་དགའ་  
 བདེའི་སེམ་པས་བརྟན་གཡོ་ཀུན་བརྒྱན་མཛོད། ། ཅེས་  
 སོགས་སྒྲས་ཏེ་སྒྱབས་དེའི་ར་མ་ལྟག་གི་བསམ་པ་མཆོན་  
 བོ། ། ཆོས་༡༡་ཉིན་བྱམས་མདུན་དུ་སྒྲར་ཡོག་ཉེར་བརྒྱད་  
 དགོན་ཐོག་གཏོར་རྒྱགས་འཆམས་པོ་དང་ལས་སྟེ་བཇེ་



ལེན་ལྷན་མེར་བྱིན། བདུན་པའི་ཆེས་༥༡ར་སྡེ་འབྲུས་  
 འགའ་ཞིག་གིས་དེ་སྡེན་མཛོད་དམ་པས་ཞིབ་འཕྲེས་  
 ལྟས་པ་ཨར་ལས་དོ་དམ་པ་གཙོས་སྡེ་མོ་བ་འགའ་ཞིག་  
 གིས་མི་སེར་ཐོག་བརྒྱབས་མནར་བྱས་ལྟགས་སྟོར་ཅུ་ཞིབ་  
 བྱ་མུར་ལ་ཞུ་བསྐྱལ་འབྱོར་བའི་སྟོར་དང་། དཔལ་རི་ལྷ་  
 རིས་དང་དབྱ་ལྷ་ལྟེས་པ། སྟོར་སྟོང་ཕུ་མདའི་ཇོ་ཐང་སྟོང་  
 སྟོག་ཐང་། ཅུ་ལ་ཕུ་༥འེས་རབ་ཕུན་ཆོགས་དང་མགོན་པོ་  
 ཅན། གཞུང་༥འོད་སྟེག་མདའ་དོན་ལྷ་དང་རྟེ་རྟེ། སྟོར་  
 མདའ་ལྷ་ཁང་ག་ཞིས་སྟོན་སོགས་ལ་དཔྱད་མཆོམས་  
 གཏོང་བྱལ་བྱས། བརྒྱད་པའི་ཆེས་༡གྲོང་རི་ལྷེ་འཆང་ལྷ་  
 ཐོན་གཏོང་སྟོན་བཟངས་བྱིས་མ་འདོང་པའི་བྱ་ལོན་གཙང་  
 སེལ་བྱ་ཆེད་སྦྲར་ཡང་ཉམ་རྟེ་སྦྲུམ་ཅུ་སྟོར་བསྐྱར་ཐོག་  
 གོང་སྟེག་ས་དབང་བྱི་སྟོན། སྟེ་མཁན་སྟོང་དག། སྟེ་མདའ་



ལུམ་འགར་སེགས་སར་གང་ཅིའི་ཞུ་ཡིག་ཏེན་ལྡན་ཡུལ།  
 བྱིས་སུ་ངེད་བྱིས་བུ་དགོན་དུ་ཆེ་འཕུལ་ཟླ་བའི་ནང་སྒྲན་  
 ཟླ་བྱི་མཆོད་རེ་ལོ་ལྟར་ཆག་མེད་ཐེབས་ཅུར་ཡུལ་བ་ཟླ་  
 བྲང་གཞུང་འཛིན་རིས་ལེ་བསྟོར་ར་ཇོ་ལའི་འཛིན་ཁོངས་ས་  
 ཁང་སེན་ཁལ་དམའ་ཆོད་༡༠ སྟོར་འགོ་བ་དེ་བཞིན་  
 འབྲམ་ཐོག་དུང་ཆེ་བརྒྱད་གོང་ཇེར་སྟན་གསེལ་ཇི་སྟོང་  
 བར་སྟོར་འངགས་གསེལ་སྟུལ་ཕྱག་བསྟར་འགོ་མཆོན་  
 དམ་སྟོན་ལས་སྟོར་ཡང་རྒྱབ་གནོན་ཞུས་པ་དང་འབྲེལ་  
 ཕྱག་དུང་ལུགས་ཁུ་བ་ཆེད་མངགས་སྟོར་གྱི་ངོ་ཚབ་ལ་  
 ཅུས་སྟོང་ལེགས་པར་གྲུབ་བོ། ། སྟོ་སྟོང་སྟོང་བའི་ངན་  
 འཁོར་བཅོན་དབང་གིས། ། སྟོ་ཡི་འཆོ་ཆོགས་ཡིད་ལ་མེ་  
 བྱེད་པར། ། སྟོ་གཞུང་གཏོང་གི་མཁུར་འག་ལས་བཅད་དེ།  
 ། སྟོ་པན་མེད་པའི་སྟོར་གྱི་རྒྱབ་ལ་བསྟན། ། སྟོ་མཛོད་



འཇོན་པས་གཞུང་གི་གཅིས་པའི་ནོར། ། གྱི་གཞོད་ཨམ་  
 ཡག་བཅུག་པའི་རྒྱན་ཁམ་གྱིས། ། གྱི་ཡན་དག་བཅུའི་  
 ཁྲིམས་འཁོག་སྒྲིམ་མདོག་འདིས། ། གྱི་ཚོགས་དེ་ཡི་ལམ་  
 ལྷགས་བཟང་ངན་འཁེས། ། གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་བའི་ཁྲི་ཁར་གང་  
 འཇོགས་དེས། ། གྱི་སྒྲན་བྱས་རྗེས་འདི་ཞེས་སྒྲན་མེད་པར།  
 ། གྱི་ལ་བཙོར་གཞོན་ཁོ་ནའི་བྱང་དབང་ཅན། ། གྱི་ལ་མེད་  
 པའི་སྤྱོད་ཁག་སྤྱེ་དཔོན་ཆགས། ། གྱི་གཞུང་ལས་བླངས་  
 དཀོར་ནག་བརྒྱས་ནོར་དེས། ། གྱི་ཡན་མེད་ཁར་རང་ལ་  
 གཞོད་མཐོང་སྟེ། ། གྱི་ལ་སྤྱིག་ཆེན་བསགས་པ་སྤྲུལ་སྤྱོད་  
 དུ། གྱི་དོན་ལ་དམིགས་ཁྲི་མཚོད་ཐེབས་སུ་གྱུར། ། ཆོས་  
 ལ་ཉོན་བྱམས་མདུན་ནས་ཐོན་འགམ་ལ་བརྟལ། འགམ་  
 མས་གྲོང་དང་ ལྷོ་དཀར་བརྒྱད་ཐང་ཐོག་དགོན་དུ་སྒྲེབས།  
 མི་སྒྲིམ་སྤྱོད་མང་དཔྱད་དོན་གཙུག་ལག་གསར་བཞེངས་



དེ་དམ་པ་ལྷགས་ཁུ་རྒྱུ་ཡིག་ཕྱིར་འཐེན་ཚབ་གསར་  
 བོང་ཇིའི་བཀའ་བརྟགས་དཔོངས་དོན་གྲོང་རེ་རྒྱུ་ཡིག་  
 ཆེ་རིང་རྒྱལ་མཚན་དང་། གཉེར་འདན་བུ་བསྟན་འཛིན་  
 དབང་གྲགས་གཉིས་ལ་བསྟོན་བཞག་དང་། ཇོ་ཐང་གཉེར་  
 པ་དཀར་འཇོང་དུ་ཁང་འཁོར་གཙོང་འདྲན་ལ་བཟངས། ཅེ་  
 གསེར་གདུང་ཆེན་མོའི་དཀོན་གཉེར་ཅེ་རྒྱུ་ཐུབ་བསྟན་  
 ལམ་བཟང་ཕྱ་རྒྱན་སོགས་བརྟུས་བྱིར་ཡུལ་བྱོལ་སོང་བ་  
 ཅུང་གཙོང་དཔོས་བཀའ་ཐེབས་པར་ཞིབ་ཅུང་ཁུལ་  
 འདིར་གནས་རྒྱ་མེད་ལྷགས་སྟན་ཞུ་ཡུལ། དག་པོའི་ཆོས་  
 འཁར་དཔེན་འདུམ་དུ་སྟེབས། སྟུབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་  
 མཇུག། ལྷ་བརྒྱུད་སྟོང་ཁང་བཟླ་འཁོར་བསོད་ནམས་  
 དདུལ་རྒྱན་དོན་དང་། ཐུ་དཔོན་སྟེ་གསུམ་ཁང་ཚན་གྲུ་ལོ་  
 ཡག་ཅན་འདང་པད་ཆེ་སྟུན་རྒྱན་དོན། འཁོག་གསུམ་



དངུལ་ཁ་ཆེ་དཀར་དང་། འཕེ་དུད་བསྟན་འཛིན་གཉིས་ཏེ་  
 བརྒྱས་སེགས་ལ་དཔུང་བྱ་དང་། འཁོར་གཞུང་དང་མུ་རི་  
 མི་བསལ་ཐལ་ཆ་བྱུང་སྟོར་འདི་ག་དང་བྲག་སྐྱུང་རུ་དཔོན་  
 ཐུན་མེད་ནས་དཔུང་ཞིབ་འཆར་འབུལ་དགོས་བཀའ་  
 བཞིན་འཆར་གསལ་སྟོ་ཞག་སྟོ་དཀྱེལ་རྒྱུང་འབུད་སེགས་  
 རྩེ་སྟོང་བཅུས། འདི་སྟོར་ཨ་ཁུ་དཔོན་ཁྲོའི་སྐུལ་པ་དང་  
 སྐྱུང་ཁོག་བབས་ཡིན་ལུགས་གཞུང་། འཕེད་ཁང་མདོ་  
 འཕྱུང་དཀར་རི་ཁོང་སྐྱུང་བླ་མ་ལེ་ན་གཞོན་ཡང་གསར་  
 བཟོའི་གེ་སར་སྐྱུང་དཔེ་རྒྱ་འབབ་ཏུ་རྩོམ་ཐུབ་ལ་བབ་  
 གཏེར་གྱི་བཀའ་བབས་ཡོད་མདོག་བརྒྱ་བ་འད་གཅིག་  
 བདེན་ལུང་བསྟན་ཡང་བྱེད་པ་ཞིག་འབྱེད་བ་གོང་ཞབས་  
 རིན་པེ་ཆེ་ནས་གྲུང་མཉེས་ཅོམ་གནང་བ་བཞིན་ཁོང་པས་  
 གོང་རྗེ་དང་ཉིད་གཉིས་མི་སེམས་གཉིས་མེད་དམ་སྟེལ་



བྱས་ན་དགོངས་པར་བབ་བཟེ་བེར་བ། རང་ནས་ཆོས་དམ་  
 གྱིས་འབྲེལ་བ་ལས་ལྷག་ཆོག་འགག་ཞུ་མིན་ལ་མ་ལྟོས།  
 ཕྱིར་ཞལ་དན་གནང་སྤྱིད་ཆོ་འཕྲུལ་ཡུན་དགེ་ལས་སྦྱོན་  
 མེད་སྟམ་འཐུས་པ་བྱས་དོན། ཆོས་་དཔྱིན་གཟིམས་ཆུང་  
 འགྲལ་སྤངས་ཞལ་ཐང་འོག་སྦྱིད་སྦྱག་མཉམ་འབྱུང་པན་  
 གོགས་ཅི་ཐུབ་གནང་ངེས་ཞལ་འགག་བསྦྱངས་འཁོར་རང་  
 ནས་གྱུང་དེ་བཞིན་གྱི་སྒྲལ་བཟང་དགེ་མཚན་སྒྲ་ན་མེད་པ་  
 ཐོབ། དེས་གྱིས་གོང་སྒྲར་ནན་ཞུས་ངེས་འབྲེལ་ལྟོངས་འདི་  
 ནས་ཟབ་གཏེར་ཡིད་ཆོས་ངེས་འདྲོངས་ལེན་རྒྱ་ཡིད་ཆོ་  
 ཆོས་མཐུན་མཛོད་པར་མཐུན་འགྱུར་ལས་གཞོད་འཆོ་མི་  
 ཆོག་པ། གཞན་འདྲེས་མེད་པའི་དེ་ཁྲོད་རང་གི་ནོར་  
 ཐུགས་ལ་བྲལ་དེགས་འབྲི་མེད་འཁོར་བམ་སྒྲལ་བའི་མཐུན་  
 འགྱུར་ཞུས། ཚ་བ་སྦྱིར་དགེ་གན་གཞུང་ཅུལ་ཆེན་སོགས་



རྒྱུ་མ་དེན་ཁ་མ་བཏང་། ཆམ་རིམས་དྲག་པོས་བཏབ་པར་  
 བཏེན་ལྟ་མཆོད་དགུན་མཇལ་མཛོད་སྒྲིབ་དྲུང་ཇར་དེ་བཅར་  
 མ་ཐུབ་ཀྱང་མགོན་དྲུང་བརྒྱུད་ཕྱི་ནང་ལས་ཚན་འཛོམས་  
 སར་རྒྱན་སྒྲིལ་དགེ་ཁྱིམས་སྒྲིར་ཙུ་ཆོག་བསྐྱས་ཙམ་རེ་  
 ཁུངས་སྒྲིད་དང་འབྲེལ་སྤང་སྤང་འཛོལ་མེད་སྒྲིད་དགོས་  
 མགོན་བསྐྱར་དང་། བཀའ་དགོངས་གསལ་དཔོན་བྱ་ཡག་  
 མ་ཆེན་ཆོ་རིང་གཉིས་ལ་ལྟེ་འཆང་། ལུ་རི་འཆི་མེད་  
 དཔལ་འབྱེད། མེ་འབར་དངོས་གྲུབ་རྒྱལ་མཚན་གཉིས་ལ་  
 དྲུང་ཡིག་བྱ་དགོན་སྤེས་སྒྲིབས་རྒྱལ་ལ་གཞུང་གཉེར་  
 བསྒྲོ་འཇུག་སོགས། ཟླ་བ་༡༡པའི་ནང་གདན་གཉེར་མེ་  
 སྒྲིལ་རྒྱལ་མཚན་འཕེས་རབ་གྱིས་གཞུང་གཟན་སྒྲིར་ནས་  
 སྤྱད་ཅིས་ལ་ཉེས་བརྒྱད་སྒྲིད་ཙུ་བ་ཀྱང་ཐལ། ཆོས་༡༡ཉིན་  
 རྒྱ་གོང་ས་ཆེན་པོའི་འཁུངས་སྒྲིར་རྗེས་འབྲེལ་གམ་བཅར་



གྲ་ཚང་གིས་བཅུམ་ལྟན་འདས་མགོན་པོ་ཆེ་དང་ཡེ་ཤེས་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་གྲུབ་རྒྱལ་ལྷགས་གྱི་ཆེ་ཆེག་གི་སྒྲོ་ནས་  
 ཅེ་ནམ་རྒྱལ་གྲ་ཚང་གི་ཕྱག་བཞེས་ཇི་ལྟ་འཆུག་མེད་སྒྱུ་ཆེ་  
 བསྐྱལ་པ་རྒྱ་མཚོར་བརྟན་པར་བཞུགས་གསེལ་ཆོགས་  
 གེབས་ཞབས་ཕྱིར་བཅར་ཞིང་། གོང་རྗེས་དབང་གསན་  
 རིགས་བདག་བསྟེན་བཞེས་བླ་མ་སྒྲོ་བཟང་ཆེ་རིང་ནས་  
 ཡེར་དགོན་དུ་དགོ་སྦྱང་ལྟ་སྟེ་ཞིག་གསར་དུ་འཇུགས་  
 བཞེད་མཐུན་དམིགས་ཞུ་བར་བསྟེན་འགྲོའི་སྟེན་ཡོན་དུ་  
 དགོངས་ག་བློ་ལའར་སྒྲུང་གུན་དགའ་སྒྲོལ་མ་སྟོང་འབྲལ་  
 སོན་ཁལ་བཞི་འགྲོ་གཞིས་དང་། ལྟོ་བ་བྱ་དགོ་སྟོང་འབྲལ་  
 སོན་ཁལ་གསུམ་གཞིས་བཅས་ཇི་སྟོང་བར་ཁྲལ་མེད་  
 སྟོར་འཇགས་། སྒྱུ་གཞིས་སྒྲུང་གོང་ཚང་ལ་སོན་ལེགས་གྲ་  
 འཕྱུད་པའི་ཁྲལ་རིགས་འབྲི་མེད་དར་གན་རྒྱུ་ཁའི་



གྲལ་བཞེད་བཀའ་ཐམ་སྒྲིང་གསུམ་ཕྱོགས་དུས་ནམ་རྒྱལ་  
 མ་ལའོད་པ་དང་། གནས་མདོ་དགོན་སྐྱལ་སྐྱེ་ཕྱོགས་  
 དེབས་སྐབས་ཞག་ས་གནས་མལ་སོགས་མཐུན་འགྱུར་  
 གང་ཆེ་དགོས་འདིང་། སྔོང་ཟེས་བདེ་མིན་བྱུང་ན་བྲག་  
 ལྷས་རྒྱབ་གནེར་གནང་རྒྱ་སོགས་ལའོད་གོས་སེར་བཀའ་  
 གཏན་སྔོན་ཡོད་ལ་གསེར་ཐམ་རེ་ཞུ་དང་། དེ་སྔོན་རྒྱ་  
 ཨག་ལོར་རྗེ་སྔོན་སྔོན་བྱོན་པ་བརྒྱུད་ཞུས་སྐྱལ་རང་བྱིས་  
 ཐབ་བྱི་འདིང་ཁར་དར་གན་ཆེ་ཁའི་གཟེགས་སྔོང་ཡོད་  
 ལྷགས་གོས་སེར་བཀའ་ཐམ་སྒྲིང་གསུམ་ཕྱོགས་རྒྱལ་མ་  
 དང་། སྒྲིང་བཞི་རྒྱན་སྐྱལ་གནེས་ཀ་ལའོད་པར་བཀའ་དྲིན་  
 སྔོང་བྱོང་བྱུང་ནས་གསེར་ཐམ་གྱི་རེ་འདུན་བཞིན་མཇུག་  
 གཞོན་ཞུས་སྔོན་བཞེན་རང་བྱིས་ཞིང་འབྲིང་དེ་མངའ་  
 བདག་གི་འདམ་ནང་སྤྱ་བཞུན་ལྷགས་ལེར་བྱས། མཁན་



རྒྱུ་ལྷ་བའི་གཡེག་རང་ཁོངས་མི་ཙུ་གུན་དགའ་དང་ཆོ་  
 འབུམ་སྡེ་སྡེ་ལྷོས་ཁྲ་བཏང་། གཙུག་ལག་ཡང་ཐོག་གཞིར་  
 གསར་བསྐྱུན་བྱས་པ་གྲུབ་ཅིང་ནང་གཞུག་ག་སྡེ་ག་བྱས།  
 རེད་པ་འགོ་འོག་ནས་ཨོ་དཀར་འབྲུ་ཁོངས་རང་འབྲིའི་ས་  
 རྒྱུ་མི་འདྲར་བ་དང་། རྡོ་ལ་ཁར་དེའི་ཁོངས་རྒྱ་ཇག་  
 འགའ་ཞིག་ཡིབས་ཏེ་འགྲིམས་འབྲུལ་འཕྲོག་བཅོམ་དེ་  
 ལམ་འཛོག་ཐབས་བྲལ་བ་བྱུང་བཏེན། དེ་སྒྲོར་ས་གནས་  
 སུ་ཙུང་ཞིབ་ཁེ་ཁེ་སྒྲང་དོར་གོ་ལེན་བྱུང་ན་དང་། དེ་མིན་  
 དྲག་འབྲུག་ས་གྲིས་འཛིན་བཟུང་ཆོག་པ་མདེ་སྦྱར་སྒྲན་  
 གསོལ་ཆོག་བཀའ་ཐོབ་བཞིན་སུ་རི་དྲུང་ཡིག་དང་ར་  
 ཞིག་གཉེར་པ་འགའི་ཕྱིས་ཕྱི་མས་དགོངས་ཞུས་ཨུ་  
 ནན་བཏེན་དེ་ཚབ་སྟོམ་དྲུང་ཡིག་ཕུན་ཆོག་ས་དངོས་གྲུབ་  
 ལ་མངགས། ཨ་ཟུར་དང་ཙུལ་བཟང་འདང་ཁག་གཉིས་



ས་དེན་ཕྱིད་གྱུར་འདི་གར་ཞུ་གཏུགས་མཐོང་ཕྱོགས་ཚུང་  
 བྱད་ཕྱིལ་བཟང་ཁོངས་མི་བྱ་དགོན་རྡོ་ཁང་པར་  
 རྒྱལ་མཚན་ལ་ཞིབ་དཔྱད་དྲང་འབྲེལ་འཆར་བསྐྱེད་ས་  
 དགོས་བཞེད་སོང་བཞིན་བཅུ་མེད་གྱིས་ལའུར་མ་བླངས་  
 ཐོག་ཉེ་ནང་བསྟན་འཕེལ་འཇམ་དབྱངས་ཆབ་མདོར་  
 བཏང་བ་དང་། ནང་ཞིབ་རྟོག་འཇུག་བྱེད་བཞིན་པར་ཕྱིལ་  
 བཟང་པ་ཨ་ཁུར་ས་ཐོག་རུ་སྒྲར་རྒྱགས་འཇུག་དེས་རྒྱུན་  
 འབྲུག་ཕྱིད་གསོད་མས་ཐལ་ཆ་མཚན་འགས་དེན་གཞོད་  
 ཆེ་བའི་ལེ་ཕྱི་རྡོ་ཁང་དང་ལ་བྱག་པར་ཁམ་སྤང་སྤུམ་བརྒྱ་  
 བརྒྱལ་བའི་ཉེས་བཞེད་ཕྱི་བ་སྤྱོད་གྱུར་འཁོར། ཟླ་པར་ར་  
 ཞིག་ཡར་འཁོར་དང་། ཆེ་འབྲུམ་ཁག་དེས་བྱེད་སྒྲོར་  
 དཔྱད་བྱ་སོང་། ཟླ་མཇུག་འཆར་ཅན་གྱ་ཚང་ནས་ལྷགས་  
 མཁར་གཏོར་བསྒྲོག་མཛོད་པ་མཇུག། རྒྱལ་ཟླ་༡༣་ནང་།



ཡང་མདོ་སྤྱིས་ས་ངན་རོང་མིར་དགོས་གལ་གང་ཆེས་  
 ཡུལ་དམག་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་བསྐྱུལ་གཏོང་དགོས་  
 འཁོར་གོ་གཉིས་ལ་འཕུལ་མདའ་ཇེས་མདེལ་རང་  
 འབྲིགས་སྤོང་རྒྱུ་བཙན་བཀའ་བྱུང་། ཕྱགས་གཅིག་ནས་  
 མི་སེར་བདེ་ཙུར་ཞི་དྲག་དཔེན་རིགས་ཆོས་བརྟུན་  
 གསེག་འདོད་རྩམ་མི་ཆོག་པའི་སྤྱི་ཐམ་ཙུ་ཆོག་དཀར་  
 ནག་ཐེག་གུ་མཉམ་སྤྱོད་གྱིས་བཅུངས་པ་མཚུངས། ལོ་  
 གསར་དགེས་སྟོན་དང་། མདོ་སྤྱི་ལས་བྱ་བཅས་པ། ཆབ་  
 མདོ་ཙུ་འཁོར་ལྷ་ཁག་སོགས་སུ་དགུང་སར་ཉེན་འབྱུང་ཞུ་  
 ཡིག་དང་། ལས་བྱེད་གསར་བསྐྱོས་ལ་ལག་བྱེད། ཉེ་དུས་  
 ཐེབས་པའི་ཙུ་ཆོག་གྲངས་མང་བཅས་བསྐྱུན། ཆོས་  
 རྟོན་ཐུན་སུམ་ཆར་ཕོ་བྲང་ཡང་ཐོག་གྲ་ཚང་གི་ཐོག་  
 རོལ་བ་དང་། སྤྱ་ལོ་ནས་སྦྱངས་བརྟུན་གར་རོལ་སྤྱེལ་



མའི་གདངས་སྟན་རྒྱན་མི་འཆད་དུ་སྒྲིག་པར་བྱེད་དོ། མྱེ་  
 ལེ་༡༩༥༡པོད་ལྷགས་ལྷག་གནམ་ལེ་གསར་བཞད་སྒྲ་  
 ཆར་གྲ་ཚང་ནས་དཔལ་ལྷན་འདྲོད་ཁམས་དབང་ལྷག་  
 མར་ཆེས་༡གི་གཏོར་མར་གྲགས་པ་གཟབས་གསོལ་  
 འབྱལ་སར་གོང་རྗེའང་ཆོགས་ཕེབས་ཞབས་བཅར་ཐོག  
 མེན་གའི་དབྱངས་ལ་འབྱ་བའི་གར་རེལ་འཛེམས་བདས་  
 སྐབས་ཕྱིས་རྒྱན་གོས་བཟང་འགྲན་ཆར་དུ་དངར་བའི་བླ་  
 བྱང་གི་མྱེ་ནང་ལས་བྱེད་ཞབས་གཏོགས་དང་བཅས་པ།  
 སྒར་ལམ་དེབ་གསལ་སྒྲེ་འབྲས་མི་དྲག་སྟོན་གྲལ་ལ་འདྲ་  
 འོས་མཐའ་དག་ཆོགས་ཁང་ཆེན་མོར་རྒྱས་འཛེམས་  
 མཆོད་ཡོན་ལ་རྟེན་འབྱུང་མཇལ་དར་བཅས་གྲལ་འཁོད་  
 རྒྱལ་རབས་བའཤད་མཁན་གྲལ་འཕྲོས་པ། རྒྱེས་གར་  
 མཁན་གཞོན་ནུ་བཅུ་དྲུག་རེལ་ཆ་བ་བརྒྱད་བཅས་གྱིས་



གར་སྒྲ་བཅུ་གསུམ་ལས་ཅེ་གར་རེ། གཞུང་ལུགས་རབ་  
 འབྲམས་ལ་སྦྱངས་པའི་དགེ་བ་ཤེས་མཁས་པ་གཉིས་གྱེ་  
 ཆོས་ལུགས་བགྲོ་སྦྱང་བཅས། གསེལ་ཇ། བཞེས་གྲོ།  
 བཞེས་འབྲས། གསེལ་ཆོགས། དཀར་སྒྲའི་སྟོན་ཆོན་  
 བཅས་སྟེལ་བ་སྟོན་བོད་སྟེ་པ་གཞུང་སྟེལ་ལ་འབྲན་  
 བཟོད་པ་ལྟར་སྟོས། ཆོས་་༡ ཉིན་སྒྲར་གྱི་མགོན་སྦྱང་གྲ་  
 ཚང་ཆོགས་ཆོན་གྱི་བླ་མ་ལས་སྟེ་བསྟན། དེད་གྱིས་བོད་  
 སྒྲག་མདུན་མཐུལ་ཉིན་གསུམ་དང་རྒྱལ་སྟོན་སྒྲ་བདུན་  
 བཅས་གྲ་ཚང་གསུང་བཟང་བ་ནམས་གྱེ་འབྲལ་ཆོགས་  
 དང་བསྟན་ཕུལ་རྗེས་བྱིངས་དམངས་ནས་མཇལ་དར་  
 བཅས་སྒྲ་ཉིན་ལས་གྲང་ལྟག་པའི་ཕུན་ཆོགས་འདོད་རྒྱའི་  
 དངོས་པོས་མགོན་ནམས་གྱེ་དབང་པོ་དྲུག་ལ་མད་བྱུང་གི་  
 དགྱེས་པ་བསྟོད། ཆོས་་༢ ཆེབས་རགས་ཆོན་མོར་བཅས་



ཆེས་སྒྲིང་རེལ་པ་ལྟོག་ཏུ་ལྟ་གསེལ་ཕེབས་རྗེས་རྟུང་ངར་  
 འདྲུ་འོས་ལྟན་འཛེམས་ཐོག་ འདག་བྱ་ལམ་ལྟག་ཚང་གྲ་  
 ཚང་སྒོ་དག་ལ་བཀའ་དགོངས་སྒྲུ་བཅར་གཟིམས་དཔོན།  
 མཛེས་བཅུ་དཔོན་ཚང་ཀུན་བཟང་ལ་གཉེར་ཁང་ལྡེ་  
 འཆང་། ལྡེ་ཆེ་རིང་ལ་ར་བསྒྲེར་འགོ་པ། ལུ་རི་རྟུང་ཡིག་  
 ལ་མདེ་རིང་འགོ་བྱེད། སྤྱིང་ཐམ་ཙུ་ཆོག་གི་ཞལ་བ་ལུས་  
 རྒྱབ་སྒྲོན་བཅས་ཏེ་བམ་ཁུངས་སེ་སེར་སྒྲུང་དེ། སེ་སེར་  
 བྱེད་སྒྲོའི་སྒྲང་དོར་འཛེལ་མེད་དགོས་པའི་མགོན་བརྒྱུད་  
 མགོན་བརྒྱུར་བྱེ་ལྡེར་ནང་སྒྲིང་དེས་རྗེག་ཉམས་བརྟན།  
 ཆེས་༡༥སྒྲིན་དགར་རི་ཁྲོད་ལ་སྒྲུང་གནས་དང་ཆེས་  
 བཅུའི་མཆོད་པ་ཉམས་མེད་དགོས་ལྷགས་དང་། ཐར་པ་  
 དོན་གཉེར་ཁོ་ནས་རི་ཁྲོད་དུ་ཁྱལ་ཏེན་མེད་པར་སྒྲིང་པའི་  
 གྲ་བཅུན་ཕེ་མོར་ཁྱལ་རིགས་འགོལ་བཞོད་མི་འབྲས་པའི་



འཛིན་བྱིན་ཅིང་། སྒྲེར་ནས་གྲུ་ཚང་ཚོགས་ཆེན་གཉིས་ཀར་  
 བསྟེན་བཀྲུར་ཉིན་འབྱོངས་དང་བཟང་འབྲུ་ཞི་རེའི་སྒྲུ་  
 འབྱོང་མཆོད་འབུལ་གཟབས། བར་གསེང་ཞིག་ཏུ་མགོན་  
 ཆེ་ནང་སེས་བཟོད་རིགས། སྒྲུ་དུས་ཡིན་ན་བྲག་སྒྲི་དུ་ཉན་  
 ཞེས་ལྷ་ས་སྒྲིང་ཁག་གི་ཇི་སྐུ་དང་ཆ་འདྲ་ཐོབ་ཐང་མཐོ་  
 དེས་ཡོད་གྲུང་། བར་ལམ་དུས་གཟེར་བྱུང་ཚུན་མདེ་སྒྲི་ལྷ་  
 ཅི། དེམ་བཞི་མཁན་མདའ་དག་ནས་གྲུང་གང་ཅིར་ལས་  
 ཚོན་པ་ཙམ་གྱི་མཐོང་ཡང་མི་འཛིག་ཁར། ས་སྒྲུང་དུ་བརྒྱ་  
 ཚུན་གྱིས་བརྟམས་རྒྱུང་བཅས། དབ་ན་སྒྲིང་ཁག་སྒྲི་མཚོངས་  
 ཇི་སྐུ་གསེང་ཏུ་སྒྲུ་མ། ཐ་ན་མཁན་རྒྱུང་ཙམ་གྱི་གོ་མིང་  
 ཞིག་ཞུས་ན། གདོང་ལོང་མགོན་ཁྱིའི་སྒྲུབས་སྒྲི་མཛོད་  
 དེམ་འབྱོར་ལ་དུ་ཉན་བརྒྱུད་འཛིན་སྒྲིན་སྒྲུལ་ལམ་སྒྲུལ་  
 བཟང་བ་དང་། མཆོག་ཉིད་ལ་སྒྲུག་གི་སྒྲུན་གསལ་



གཞིགས་སྒྲིང་མི་དམན་ཅམ་ཡོད་པ་རྒྱས་འཤེས་བཅས་  
 གང་ཅིའི་ཐད་ལེགས་ལམ་ཡོད་གནས་འཆར་འདོན་ལ།  
 དེད་བྱང་ས་གནས་སུ་དམག་བསྐྱལ་ཡོད་མཁན་ནམ་པའི་  
 རྒྱུ་གཏམ་དང་། ས་སྒྲུང་རུ་བརྒྱ། ཐ་ན་སྒྲུབ་གཞིའི་ཏ་པ་  
 ཚུན་གྱིས་སྒྲ་འབངས་ཐོག་བརྗོད་བདེ་བརྒྱས་བཅས་བཟོད་  
 མེད་འཁུར་དགོས་ཆེ་རྒྱན་ཏ་ཅང་ཡོད་བབས་བྱང་ཡང་  
 གལ་གནད་ཆེ་བར་བརྟེན་ཞོད་ས་མཆོག་དང་། འདྲིར་  
 ཡོད་ལས་ཚན་ཆོར་གྲོས་བསྐྱར་ཞིབ་བསྒྲིང་དགོས་ལྷགས་  
 མེལ་བར། ཞོད་སར་སྐྱར་ནས་ལམ་གསེལ་ལ་བྱགས་  
 བབ་མེད་པ་མི་འདུག་ཅིང་། ཞིབ་ཕྱིའི་གནས་ཚུལ་རྗེས་ཞུ་  
 ལས། མང་མར་གྲོས་བསྐྱར་མདོན་ཚན་ཆེ་ཆེ་དོན་འབྲས་  
 སྒྲིན་མིན་བྱང་ན་རྒྱ་ཆེར་གཏམ་མཆོད་མཚན་འགས་རྒྱར་  
 བརྟེན་འདྲིར་ཡོད་བྱང་ཆེ་དང་། ཡུལ་བྱ་ལྡེ་འཆང་གཉིས་



ལ་བགྲོས་པས་འབྲས་ལྷགས་ཟེར་དོན་ཁོང་ཆོ་མས་  
 མཐུན་བྱང་ཚུལ་བཏེན་ལས་སྦྱིས་ལྷ་སྦྲོད་ཆོང་དཔེན་ཟླ་  
 མའི་དང་། དེད་སྒྲེར་ནས་ཡུར་ལྷས་གཙོས་དོན་གཙོད་ཁ་  
 འགས་ལ་དེ་དོན་ཞུས་ན་བཟོ་དབྱིབས་ཅི་འདུག་འོག་ལེན་  
 དགོས་པའི་ཡི་གེ་ཁག་བཟོས་ཆབ་སྦྲོད་གཉེར་ཆོས་ལ་  
 ཨ་བྱང་འགོ་མཁན་གདོང་འཕྲལ་དུ་ཁྱདས་སྦྲོད་དགོས་  
 ལྷགས་ནམ་མཁའ་འགྲིབས་པའི་དུག་སྦྲོད་གི་ས་བོན་  
 ཞིག་འདེབས་འགོ་བཙུམས་སོ། ། འདོད་པ་མི་གཙང་  
 ག་འདང་གཙུའི་དོང་ལ་ལྷ་ཡི་དགའ་ཚལ་སྒྲམ་འབྲུལ་  
 ཞིང་། ། རང་གི་ལུས་འཆོར་ཇི་ལྟར་གདུང་དཔེས་གཞན་  
 གཞོད་བཟོད་མིན་མི་དཔེག་པ། ། ཆེ་བས་ཆུང་འཇམས་དེ་  
 ཡིས་ཆེས་ཕྱི་ཟུངས་ཁྲག་གཞིབ་ལ་ཉག་འདུན་པའི། །  
 དཔེན་ངན་བདག་ཅག་དར་གྱིས་དྲིལ་བའི་སྦྱིན་བུ་མགོ་



བཀ་མདོན་སྤུམ་པ། ། ལྷ་མི་རྒྱུད་བཅས་ས་གསུམ་འབྱེད་  
 ཆོགས་མ་ལུས་དེད་གཅིག་སྟོང་སྤྱད་ས་བྱུང་། ། བྱི་བྱིར་  
 འདོད་པའི་མེ་ལྷེས་ཡོངས་འབྱུང་བཀྱེན་པ་སྤྱད་ཡང་ཡོང་  
 དགའ་བའི། ། བཅོལ་ཡང་མ་རྟོན་རྟོན་པ་སྟོར་བ་སྤྱག་  
 བསྐྱལ་འབྱམ་གྱི་འཕྱང་བརྒྱད་མཐར། ། ཉ་པ་ནད་པའི་ཚུ་  
 མ་ངེ་བཞིན་མི་ལམ་འདྲ་བའི་སྤྱད་གཏམ་འཕྱོབ། ། ཆོས་  
 ན་འཕྱུག་ཡུལ་དམག་ཆིག་བརྒྱ་ཅེས་ལེན་བྱེད་པེ་རྫོས་སྤྱ་  
 མདོ་སྤྱི་ཇོ་སག་བྱེད་མཁན་འཁོད་དུང་ཟུར་ཁང་ཟུར་པ་  
 སྤྱེབས་འཁོད་ཇོ་འཕྱད་བྱུང་དོན་ལོང་མིན་ནང་འདོམས་  
 གཉེར་བསྟན་དར་བཅས་ས་ངན་དུ་ཐེགས། ཟླ་འནང་འཁོ་  
 དུང་བསྟན་འཛིན་དང་། རྟག་ར་བཅོན་ལའི་ཚང་ཏ་རྒྱན་  
 རྩོས་གཞི་དང་། རྒྱ་དབར་དགོན་པ་དང་བསོད་ནམས་རྫོ་  
 རྫོ། འདག་ཕུ་བསོད་དབང་ཚང་ཆོ་དཔག་ལྷ་མའི་སྟོར། ར་



སྒྲེར་ཚུ་བཟང་ཨ་དོན་དང་ཆབ་ཁོངས་བཟ་ཆོ། སྒྲེ་གུ་ཇོ་  
 མོ་དང་ཏ་ཟུར། མེ་ཁྱི་ཀམ་ལྷ་མོ་ཚང་ནང་གྱེད། མེ་ཁྱི་གྲ་  
 ལྷ་ལྷ་མོ་དང་སྒྲོ་བཏན་ཁག འབར་ནང་ག་བསེད་ཚང་དང་  
 ཀུན་དགའ་དེ་ཇེ། ལྷོ་བ་དབང་བཟ་དང་ལ་དགུ་རིན་ལྷ།  
 ཇེད་ལྷོ་འབྲམས་ནོར་བཟང་སྒྲེར། ཏ་ཟམ་བུ་འདི་དང་སྒྲོ་ཆོ།  
 ལུ་རི་སྒྲ་མགོན་མེགས་ལ་སྒྲོས་ཞིབ་དཔྱད་ཁ་བཏང་། སྒྲ་  
 ར་ནང་ཆོས་སྒྱུང་ལྷོ་ག་ཏུ་གྲ་ཚང་བཙེ་ལྷས་འཕར་རིམ་  
 ཐུགས་སྒྲུབ་ཚུགས། རག་སྒྲ་བཟུང་གཏོར་དུས་ཆེན་ཉིན་  
 མཇེད་སྒྲོ་འཆར་ཅན་ཐོག གཞུང་འཁོར་འགའ་ག་བུ་ཇེས་  
 ལུ་མགོན་ཆེ་གྱེད་མཁན་དེར་བཀའ་དགོངས་མཆེད་དཔོན་  
 ལག་ཁྱེར་སེང་། ཆོས་འཁྱེད་ཉིན་སྒྲུབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་ཁ་  
 ཡུལ་དགོན་དུ་དཔྱར་སེང་ཕེབས་པའི་ཆེབས་སྒྲེལ་ལ་  
 བཅད། ཕྱི་ཉིན་བུ་དགོན་སྒྲེ་འབྲས་ནས་ཞུ་ཡིག་ལུལ་འབྱེར་



བཞིན་དུང་བྲི་ལྷེ་ལས་བཅས་པར་ཞིབ་བརྩུག་པའི་འཆར་  
 གསལ་དར་གན་དཔྱུས་མས་ཁྲལ་རིགས་ཕྱིད་འདུར་  
 དང་། གཞུང་ནང་གྲངས་བཅད། འཕྲོག་དུད་ནམས་གྱི་རེ་  
 བའི་ཁྲལ་ཡངས་པ། ས་ཞིང་ངན་བདག་བྱས་པ་འགའ་  
 ཞིག་མི་སེར་ཐོག་ཕྱིར་སློག་བཅས་གྱི་དཔྱད་ཁྲ་བཏང་། ས་  
 ཟླའི་ནང་རྫིང་ཞིབ་དུང་ཡིག་གཉིས་ནས་རྒྱན་ཁམ་ནམས་  
 འཛིན་བཟུང་ཞིབ་ཅུང་མདོ་སྒྱུར་དཔྱད་འཆར་འབྲལ་  
 སྐབས་མགོན་སོགས་ནས་འདི་ནམས་མི་ངན་ཡུལ་ནང་  
 ཉེས་ཆེས་ངན་པ་ཚར་མ་བཅད་ན་བཟང་པོ་སྒྲོ་བ་མི་སྒྲོ་  
 བའི་དཔེ་ཅམ་མ་ཟད། འབྲེལ་ཆད་ནན་ཅམ་བྱས་ཆེ་ར་  
 བྲེག་ལྷག་འདར་འབྲེལ་ཆེ་བ་ཡོང་གནས་  
 སོགས་གྱི་དབང་པོ་གཙོད་བྲེག་སོགས་འབྲི་ཕྱིས་འདུག་  
 རུང་། རང་གི་བརྗོད་ཅོད་ཡོངས་ཁྱད་མི་ལ་གཞོད་ཆེན་



སྒྲེལ་བ་འགྲོ་ཏུ་མི་རིགས་སྒྲུལ་དེ་འདྲའི་འཆར་འབྲུལ་  
 ལྟར་བཞག་ཇག་ཆེམ་མི་བསང་བཞུས་རིགས་ལའང་སྒྲུར་  
 བཏང་སྒྲོ་ཞག་སྒྲོ་བཞེལ་སེགས་མ་བཞོད་ཐབས་མེད་  
 ལས། བྱིམས་ལྷགས་གཏོང་ཉེར་མིག་སྒྱུན་ལས་བྱར་བྱེ་  
 ཚུལ་ཆེམ་རུམ་ཆེ་མདོག་ནང་དོན་གནད་འཕྲོད་དགོས་པ་  
 མེད་ལྷགས་གསང་གཏམ་བཞུས་ངེས་ལྷ་སྒྱུང་དཔང་མེར་  
 འདི་དག་སྒྲེ་ཉིང་སྒྲུབས་མདོ་མེད་བྱབ་རྒྱུ་འཛིག་ཉིན་  
 སྤྱིད་ཕྱོགས་འགྲུ་འོན་གྲལ་འཛིག་རྒྱུ་གསར་བཞེའི་  
 ལྷགས་སྒྲོལ་བཟང་པོར་རྒྱུ་ཟད་ཁད་ཉེ་ལྷན་པར་སྒྲོག་  
 འགྲུ་ལྷ་བུའི་བཟང་སྒྲོད་མིག་ནག་ཅམ་དུ་ཕྱི་ཡི་ཡོད།  
 འགམ་ཏུ་ཟམ་བཞེ་ཆབ་འོས་ཐོ་འབྱོར་བ་བཞིན་སྒྲུང་  
 མཁར་རིན་ཆེན་ལྷ་རྒྱལ་ལ་བསྒྲོ་བཞག་རྒྱ་སྒྲིབ་ཀྱིག་ཚང་  
 དང་བསམ་པའི་དོན་གྲུབ་ཁག་ལ་དཔྱད་བྱུང་ཡང་སོང་།



ཆོས་ ༡༧ དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན། ཐང་དགོན་དང་མི་དགར་  
 བརྒྱད་རྒྱན་ནི་དགོན་དུ་སྒྲིབས། དུས་ཆེན་སྐུམ་འཛོམས་  
 ཉིན་དབྱེན་འདུམ་གམ་བཅར་གྲ་ཚད་དུ་ཉིན་འབྱོངས་སྒྲི་  
 ཡོན་དང་འབྲེལ་ནམ་རྒྱལ་སྟོང་མཆོད་དང་། རྒྱན་ནི་དགོན་  
 དུའང་མགོན་ཁང་གཙོས་པའི་ཉིན་ནམས་ལ་སྒྲན་དར་  
 བརྒྱ་མཆོད་ལུ། ཟླ་སྤང་སྒྲི་སྟོན་ཚུགས། ལྷ་པའི་ཆོས་  
 ༡༢ ཉེ་དགོན་ནས་ཐོན་སྟོང་བཟང་ཁར་བཅག་ཞག་བཅས་  
 རང་གནས་གདོང་གོང་དུ་འབྱོར། ཆོས་ ༡༩ སྒྲོར་ཉག་  
 ཁོག་ནས་མགོ་བཏགས་བྱས་པའི་དམག་མི་ཞི་བཞི་བྲག་  
 ཟླར་ཅིས་སྤྱད་མདོ་སྒྲིའི་བཀའ་རྒྱ་བྱང་དོན་ཟླ་དཔོན་ཁག་  
 བགོས་གསེ་རྒྱར་བཀྲམས། མདོ་སྒྲི་སྟོང་པ་བོད་བསྒྲོད་  
 དང་། ང་པོད་གསར་ཕེབས་ལས་བྱ་བཅས་པར་སྒྲི་ཚོང་  
 དང་ཕེབས་གསོས་ཡིག་རིགས་བཅོས། རང་དགོན་གདོང་



གོང་བྲག་ཁྱུ་ཡ་མཐའ་ས་གནས་ཁྱུ་གྱེག་ཏུ་སོང་རི་  
 གཟར་ཐབ་རྡོ་ལྷ་བྱུ་བཅོན་བཀའ་མཐའ་དག་རིགས་  
 གཟུར་ཐབས་མེད་པ་ལས། མངའ་ཁྱུ་དཔོན་སྡེའི་ཞུ་  
 འཁོད་བྱེད་མིའི་བྲེལ་གཡེངས་ཕྱང་ཟད་ཞི་ཁར། དེ་སྡེན་  
 ཁམས་དངས་སྒྲབས་ཉིན་ཐོ་རང་ཉིད་ནས་འཁོད་ཁྱུ་ཆ་  
 མ་ཚད་རྩུ་གང་མཆིས་ལག་བསྟར་ལ། འདི་ནས་བཟུང་  
 སྟན་ཞུ་དང་གནས་འཕྲོས། འགོ་མཆོན་བཀོད་ཡིག་དཔྱད་  
 ཁ་བཅས་ཅི་སོང་སྐར་ལས་ཞིབ་པ་འཁོད་དགོས་མདུན་  
 རྩུ་བཟུ་འགྲེལ་ལྷ་ལྷུག་ཅན་ལ་ཆེད་མངགས་བགྲིས་པའི་  
 ཉིན་ཐོ་བླ་བྱང་ཡིག་རྩིང་ཁོངས་ཚུད་དེད་ཕྱིར་མདོན་མཆོན་  
 ཆེ་རིགས་དང་། སྒྲེར་དོན། ཆོས་གྱེ་བྱ་བཞག་སོགས་ཐོར་  
 བྱ་ལས་མ་བསྟར་པ་དོ་ནན་བྱས་པས་ཞན་དུ་སོང་། ལྷ་  
 ལུ་པ་ནང་ལྷེ་བཟུ་རྒྱལ་དང་རྩུ་འཆི་མེད། ར་ཞིག་གཉིར་



ད་མེགས་མདོ་སྐྱི་གསར་ཕེབས་ལ་མཇལ་རྟེན་ཕེབས་  
 གསེས་སྟོབ་ཕྱིར་དེ་ཚབ་ཏུ་མངགས། ཚེས་༡༤ སྟོར་ལྷ་ས་  
 རས་བྲག་ཚོང་བླ་མེད་གྱིས་དེད་ལས་སྐྱི་བཅས་པར་བཏང་  
 གནས་དང་། དུར་ལྷས་སྒྲེར་ལ་བསྐྱར་ཡིག་པལ་ཆེར་དོན་  
 གཅིག་ཁོང་ཚོས་བླ་བྱང་ལ་བྲགས་སྒྲུང་དགོ་ཡུལ་དང་།  
 སྒྲེར་ལ་ཕྱི་གཟིགས་ས་ཁྱི། དུང་ཆེ་ཚོས་དར་དང་སྒྲིང་ཁ་  
 ལུམ་འགར་བཅས་ལ་ནང་གནས་བཀའ་སྟོབ་ཞུས་པར་ན་  
 ཏ་ཕྱི་མཐུན། བྲག་བླས་མཛོད་པར་ནང་གི་ཇོ་ཏུ་ཞུ་མེས་དེ་  
 བཞིན་སྒྲིང་སྒྲིང་གནང་རིང་ཅམ་ལས། དེ་མིན་སྒྲིང་ཁག་  
 ལའང་སྐུལ་ལམ་མེད་པས་གཞན་འབྲན་ཡོང་གཞིས་  
 གནང་བདེ་འབྱུང་མདོག་མ་ཁ་བ་དང་། མཁན་རྒྱུ་ཞུ་  
 མེས་སྟོར་སྐུལ་སྐུ་རང་ཉིད་སྐྱག་གི་སྐྱན་རྒྱུ་བཞེན་དོན་  
 སྒྲིན་ཡོང་རིགས་ཀྱང་། རང་ལས་མཁན་སྟེ་རྒྱུ་ཁའི་གོ་



གནས་སྤྱལ་ཕྱིན་ཕྱི་ལས་བྲག་སྤྱི་དར་ཅན་གྱི་གོ་གནས་  
 འཛིན་བཞིན་པར་སྒྲ་གཉིར་ལྟ་བུར་བྲག་སྒྲ་རང་ལའང་  
 དག་མཚན་མི་ཆེ་ཞིང་ཅི་སྒྲར་འགོ་ཁྱདས་སྒྲར་ལམ་མེད་  
 དས་གསར་སྒྲེས་ཡིང་རྒྱ་དགའ་ཚུལ་ཐེབས་འདུག་པ་དེ་  
 དོན་ངེ་ལྟར་ཞུ་འགབ་བཀའ་ལན་འཕྲལ་སྤྱེལ་ཡིང་པ་  
 ཞེས་གསལ་བར་མགོན་དྲུ་ལྟན་ནས། གནས་ལྷགས་དེ་  
 ལྟར་ན་ད་ཆར་དེའི་སྒྲར་ཞུ་བསྒྲལ་གང་ཡང་མི་དགོས་  
 ཚུལ་གྱི་འཕྲོས་པ་འཕྲལ་གཏོང་ལས་གཞན་བྱ་ཐབས་མ་  
 མཆིས་ཞེས་ཡི་གེ་གཏོང་ཅིས་འདུག་པར། དེད་དེ་སྒྲན་སྤྱི་  
 མཛོད་བསྒྲེ་ཉིའི་སྒྲུབས་གྱི་རི་ཁྱོད་སྤྱིལ་ཚུང་རང་དུ་ཆོས་  
 འདོན་སྒྲེམ་སྒྲུབ་ཅི་ལྟོགས་ཁྱུ་སིམ་སྒྲོད་འདོད་ཆོས་  
 ལྷགས་གྱི་དག་སྒྲོའི་ཆར་སྤྱིན་ཕྱན་བྱ་དེ་ནི་ན་བྱན་ལྟར་  
 དེངས། འདི་ནམས་སྒྲོང་ལ་དེ་དག་འདུལ་དགོས་གྱི་



ཕྱོགས་འཛིན་ཆགས་སྒྲུང་གི་གྲང་ངར་ནི་ཉིན་བཞིན་  
 འཕེལ། འདོད་ཆེན་དང་ཆོག་མི་འཕེས་པའི་བརྒྱམས་  
 ཆགས་བྱུང་གི་བ་མེ་ཆེས་ཆེར་བདོ་བས་ལེགས་ཆོགས་  
 དབྱར་གི་དཔལ་མའི་བཞིན་རས་ཡོངས་སུ་འབྱུང་བའི་  
 ཀུན་ཉོག་གི་འཆར་སྒྲེད། བོད་དཔོན་མདོ་སྐྱེ་ལྟ་ཅི། མཁན་  
 དེས་ལས་བྱ། ཐ་ན་ས་སྒྲུང་རུ་བརྒྱས་གྲང་བརྒྱས་པའི་རྫོང་  
 སྒྲེའི་འགོ་འཛིན་དབང་རྒྱུ་འགན་སྐྱེ་བོས་མ་བདེ་འདི་  
 ལས། གཞུང་གི་མཁན་རྒྱུ་ཞིག་བྱས་ཏེ་མདོ་སྐྱེའི་ལས་  
 བྱར་སྐྱེབས་བྱབ་ཐབས་འཕྱིག་ཡོད་ཆེ་དེ་ལྟ་ག་མི་འདུག་  
 ལྟམ་པའི་འདྲེ་སེམས་འཕྱིག་ཞུགས། རྫོང་དཔོན་སྒྲེའི་  
 འམ་སྒྲེའི་མེད་སར་ཁོང་རྫོང་གོང་དོན་ཡི་གེ་འགོག་ཐབས་  
 མ་བྱུང་རུང་བྱུང་ཡིག་དང་། ས་བྱི་སེགས་སྐྱེ་དྲག་དོ་  
 འཕེས་གནད་ཆེའི་གས་ལ་མཁན་རྒྱུ་རང་ཞུ་མེས་ཆེ་བས་



ཐུགས་ཇེ་ཆེ་དགོས་ལུགས། དེན་གཙོང་ཡུར་ལྟར་མཁན་  
 རྒྱུ་རང་གི་གོ་མིང་དེན་སྒྲིན་ཞུ་འབྲལ་ཐབས་འཤེས་  
 བསྐྱེད་ཕྱོགས་གང་ཟབ་དགོས་སྐྱེད་ཡི་གོ་མིང་། ཟླ་ལྔ་པ་  
 རང་གཞུང་གི་སྒྲི་སྒྲིད་མཇུག་གཏོང་གོང་སྒྲིར་གྱི་སྒྲིན་མོ་  
 ཉིན་འདིར་། སྒྲིན་ནས་དེད་གྱིས་བཞོད་སྒྲིག་བསྐྱབ་སྒྱུ་  
 བྱེད་བཅུག་ཐབས་ཀྱི་པའི་སྒྲིས་གཞིན་འགས། ཡུ་ལྷེ་སྒྱུང་  
 ས་དང་། གཙུང་དེན་ཡོད་དེན་གྲུབ་གྱི་ནམ་ཐར་ཁམས་  
 ལུགས་ཅན་གསར་བཟེས་ཕྱིད་མོ་འབྲལ་སྒྲིན་བྱས།  
 ཕྱོགས་མཚུངས་གོང་སྒྲིད་བཀའ་གསུམ་མཚན་འཁོད་གྱི་  
 སྒྲིན་དང་། སྒྲིད་ཞབས་སེ་སོ། མདེ་སྒྲི་བཅས་པར་ལོ་ལྟར་  
 ཟླ་བུད་གིས་གཞུང་གནས་སུ་འདོན་འབྲུ་རུའི་ཁལ་རྒྱག་  
 སྒྲིང་རེ་འབྲལ་དགོས་དེ་བཞིན་ལྟ་རབ་ཟླ་འབངས་དག་  
 འབྲལ་ཉམས་དམན་ཆགས་ཉིན་དང་། བསྒྲིན་དགོན་



གསར་བཞེངས་ནམ་དགར་དག་རྒྱན་ལ་དགོངས་ཅུ་ཆག་  
 ཐུགས་ཇེ་ཆེ་བ་དང་། དེ་མིན་ཆག་ཆ་གང་ཆེ་ཡོང་ཐབས་  
 ཉན་ཞུ་གཐབས་འདྲོངས་ཡུལ། བཀའ་ལན་འཕྲལ་ཕེབས་  
 མ་གྲུབ་ཀྱང་འདིས་རྒྱན་དེད་སྒྱི་མཛོད་འཕེས་པ་འབྲམ་  
 ཐོག་སྒྲུབས་འབྲུཁལ་ཉིས་སྟོང་དེ་ཆག་ཡངས་སྒྲ་འབངས་  
 ལ་ཐན་པས་རྟོད་པའི་མེ་ཏོག་ལ་ཚུ་བན་པ་ཅམ་ཞིག་བྱང་  
 མོང་དོ། སྒྲོན་གྱི་དུས་ཇོ་ནང་ཇེ་བཅུན་ཏུ་ར་རྒྱ་ཐ་ཞེས་  
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྒྲེས་མཆོག་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་གྱིས་  
 ནང་ཆོས་གསང་སྒྲགས་ལྷག་པའི་ལྷ་རབ་འབྲུམས་རྒྱ་  
 མཆོའི་སྒྲུབ་ཐབས་དང་ཇེས་གནང་གི་ཆོ་ག་ཕྱོགས་གཅིག་  
 ཏུ་བསྒྲིགས་ཏེ་དབང་བྲིད་ལྟར་འབསྐྱེབས་ཞུས་ཆོག་ལ་  
 རང་དང་ལྷག་ལྷ་གང་ཞིག་སྒྲིམ་བཞུས་བཀྱིས་ན་འབྲས་  
 པ་དེན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཞེས་བྱ་བའི་བཀའ་ཡི་བསྒྲུབ་



མཛེད་པ་རིས་མེད་གྲུབ་མཐའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ནས་  
 གཙུག་ནོར་དུ་མཛེད་ཅིང་། ཕྱིས་སྤྱི་ལོ་ཆིག་སྟོང་དགུ་བརྒྱ་  
 གཅིག་སྟོར་མི་ཉག་དགེ་བཤེས་ནོར་བུ་བསྟན་འཛིན་  
 མཛེག་གིས་རིས་སྤུ་མ་ཆད་པའི་བཤེས་གཉེན་དམ་པ་  
 དུ་མ་ལས་གངས་ཅན་སྟོངས་འདྲིའདྲ་ཞིང་སྤྱི་དེ་ཅིག་  
 ལྟ་བུའི་ལྷག་པའི་ལྷ་མང་པོའི་དབང་ལུང་མན་ངག་མཐའ་  
 ཡས་གསན་བསམ་སྟོམ་སྦྱབ་དང་འབྲེལ་རིན་འབྱུང་དུ་མ་  
 ཆོང་བའི་ཆོས་ཆོན་སྟོང་ཕྱེད་ལྷག་པ་གསར་བསྟན་ཁ་སྟོང་  
 རིན་ཆེན་མཛེད་ཁང་ཞེས་བྱ་བ་སངས་རྒྱས་བསྟན་པའི་  
 བཅས་སྤྱི་གཞན་མཛེད་གྱུང་། དེ་ནས་ཡུན་རིང་ཞལ་  
 བཞགས་མ་གྲུབ་སྟབས། དབྱས་གཙང་ཕྱོགས་སྤྱི་དེའི་  
 ཆོས་རྒྱན་པལ་ཆེར་མེད་པའི་ཆོད་དང་། ཁམས་ཁུལ་  
 དུའང་ཞི་བཟང་གོང་མ་བསྟན་འཛིན་འཕྱིན་ལས་སོགས་



འགའ་ཞིག་ལ་བཞུགས་རྒྱུ་དེ་དང་དབང་ཆེན་ཅོར་ཕྱེད་  
 བཅས་ཕྱིད་བཅད་དེང་སྒྲུབས་རིན་པེ་ཆེ་ཆེང་ལེ་མཆོག་  
 རྒྱལ་ཉིད་ལས་གཞན་ན་ཆེས་དཀོན་པར་སོང་མཐོང་རང་  
 ཉིད་བག་ཆགས་འཛིག་ཕྱིར་དང་། ཞར་དུ་ཆེས་ཞུ་བ་ཚད་  
 ལྡན་བྱུང་ན་བསྟན་རྒྱུ་ལ་པན་སྟམ་རང་གིས་རྒྱ་སྒྱུར་བྱས་  
 ཏི་ཞུ་གསེལ་འདེབས་སྟམ་སྒྲར་ནས་ཡོད་བཞིན་ཞུ་འཕྲིན་  
 འཕྲེལ་གཏུགས་རིམ་ཞུས་ཏི་སྒྲོན་དབྱེན་འདུམ་སེགས་སུ་  
 ཐུགས་སྟུབས་མི་བདེ་རུང་། ཆབ་མདོ་དང་ཁད་ཏི་གདོང་  
 གོང་དུ་གྱུར་ན་ཕྱག་ལེབས་གནང་ཕྱོགས་ཞལ་བཞེས་ཐོབ་  
 པ་བཞིན་མགོན་རྒྱུད་ལས་སྦྱིར་དེ་དོན་བབས་གསེད་དང་  
 འཕྲེལ། བྲལ་རྒྱུད་དང་། ཨར་ལས་འཕྲེ་སྦྱིང་སེགས་  
 གཞུང་དོན་གལ་ཆེའི་རིགས་ནི་འགོ་འདྲེམས་ལས་བྱེད་སོ་  
 སོར་འགན་དཀྲིས་སོང་དོན་མཇུག་གཞོན་ནམ་བཅོས་



སྒྲིག་དགོས་རིགས་བད་སྒྱུར་བྱུང་བསྐྱོན་སྒྲུབས་མཚམས་  
 ཆོག་གནས། དེ་ལས་གཞན་བཀའ་གཏན་འགོ་མཆན་  
 དང་། རྒྱུ་ཕྱིར་ཞུ་འཁོར་བཅས་ཉུང་ན་ལེགས་པའི་ཁར་  
 མདེ་སྒྱུར་ཞུ་བཅར་ནི་གདོང་གོང་ནས་སྒྲུབ་པ་ལས་མེད་  
 པས་འདི་ལོའི་རིང་ཐུགས་སྒྱུན་མ་གྱུར་ངེས་གདོང་གོང་  
 རང་དུ་བཞུགས་ན་མེལ་བར་དང་ཐོག་དེ་དོན་གནང་  
 ཆགས་ཡིན་རུང་། དཔྱེན་འདུམ་གཉེར་ཁང་ལས་ཁུངས་  
 ནས་མགོ་གས་པར་སྒྱུ་མཛོད་མར་ཕེབས་གྲུབ་ན་དང་། དེ་  
 མིན་མགོན་དུང་ལས་ཚན་ཆེ་ཁག་གཅིག་ཕེབས་བཞུགས་  
 མ་གྲུབ་ཕྱིན་ས་སྐྱུང་དུ་བརྒྱ་མོགས་ཀྱི་མངགས་བྱ་དང་  
 དམག་མི་ཏུ་པ་ཚྱོན་གྱི་བདེབས་གསེག་བཏང་སྒྲིང་། རང་  
 ཁྱུལ་འཛིངས་ཕྱིར་མི་བསང་ཐལ་ཆ། སྒྱུག་ནད་མི་ཐེག་  
 པའི་ཞུ་འབྱུལ་བཅས་ལ་འདི་ཕྱིར་སྒྲོ་འགན་བཟོད་མིན་



ཡོད་ལུགས་གནས་ཚུལ་དང་། མགོན་པོ་ནས་གྲུ་ཁོང་  
 གྲུ་པས་ས་གནས་འགན་འཁུར་བཅོད་དགའ་ག་གོར་  
 ཐུན་བུ་བུ་བུ་། ཡང་སྒྲིང་ཨར་ལུ་བསྐྱུལ་བ་དང་།  
 བུ་སྐྱུ་བུ་གོད་གཏོང་། འགོ་མཆན་ཞུ་མེས་གྲིས་མཆོན་  
 ཚུང་ཚུག་རིགས་ལ་འབྱུན་གཅོད་བུ་འོས་མགོན་པོ་ལས་  
 སྐྱེས་སྐྱེས་དཔྱད་གནད་ཚུང་གིས། དོན་གནད་ཚུང་ཟད་ཆེ་  
 གས་ལ་ས་རིམ་བཟུང་འདྲི་ཆོག་འཆར་འདོན་བུ་བསྐྱུན་  
 མཛུབ་སྒྲིན་ལག་ཏུ་གས་འཕྲུལ་འཕྲུལ་ཡོད་ཚུའི་ཁས་ལེན་  
 ཐོག་ འདིར་མདུན་པོ་དང་ཕྱག་ཁང་ལྡེ་ལས་པོ་གཉིས་  
 སེགས་དགོས་ངེས་ལས་བྱེད་ཁ་འགས་བཞག་ མགོན་པོ་  
 སེ་དང་འགམ་ཐོག་པོ་ཆེ་གཉིས་དཔྱད་འདུམ་དུ་བསྐྱེད་  
 ཚུའི་གོས་འགྲིགས་རིང་མིན་ཐོན་ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་ཉིན་  
 གདོད་གོད་ལྷ་ཁང་སྒྲིང་འཁོད་དུ་བཟུ་མཆོད་ལྷ་ཡི་མཆོད་



སྒྲིན་སྒྲིམ་སོ། ཟླ་བ་དགུ་པ་ནང་གདན་ཞུས་བཞིན་མཆོག་  
 ལྷུལ་རིན་པོ་ཆེ་རྫོང་ལོ་ཞལ་སྤྲ་ནས་སྒྲོ་བཟང་བསྟན་པའི་  
 དབང་ཕྱག་དཀོན་མཆོག་འབྱུང་གནས་མཆོག་རང་གནས་  
 གདོང་ཀོང་ཡུན་ཆོགས་བདེ་ཆེན་རི་ཁྲོད་དུ་ཕེབས། རེན་  
 འབྱུང་ལེགས་དར་ཨ་ཡུ་འཤེ་མཐུལ་བཅས་འགག་ཏུ་ཚུར་  
 ཕེབས་གསེར་ཞལ་པརྒྱེ་འདྲེན་ཕྱིད་བྱང་བའི་དགའ་སྒྲོན་  
 དུ་སྒྲིན། ཕྱིར་ནང་མདུན་བཅར་མཇལ་རེན་རྟ་འགོས་དགུ་  
 ཆོན་ཡུལ། དབང་ཆེན་ལོར་བུའི་ཕྱང་བ་རིན་བྱང་རྫོགས་  
 མིན་བརྟེན་ཟུར་བརྒྱ་དང་རིན་འབྱུང་ཁ་སྒྲོང་རིན་ཆེན་  
 མཛོད་ཁང་། སྒྲིན་སྒྲིང་གཏེར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་འབྱུར་མེད་རྟོ་  
 རྫོས་བསྒྲིགས་གནང་རྟེན་ཕྱོགས་ཙུ་གསུམ་ལྷག་པའི་ལྷ་  
 དང་བཀའ་སྤྱང་མང་པོའི་སྐྱབ་ཐབས་རྫོས་གནང་ཕྱོགས་  
 བསྟུས་ཕྱིས་དར་རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་གྱི་ཙུ་བ་ལྷ་བྱར་



གྱུར་པ་འདོད་འཇོའི་བུམ་བཟང་སེགས་གྱི་སྟན་གསན་  
 སུ། འཆར་ཅན་སྟོན་འབུམ་དང་བསྐྱངས་འཕར་ཚྭ་གས།  
 གྲ་ཚང་བཅེ་ལྡ་སྟོར་གདན་ཞུས་རབ་གནས་ཆེན་མོ་དང་།  
 རྒྱུན་སེལ་བླ་མ་སྟོ་བཟང་ཆེ་རིང་དབུ་བཞུགས་གདུགས་  
 དཀར་མདོས་ཆེན་ཚྭ་གས། ཆོས་༡༡ཉིན་འོད་ཟེར་དྲི་མེད་  
 གྱི་དབང་ཆེན་སྟ་གོན་སྟུལ་བའི་མཇུག་དར་ཨ་འཤེ།  
 དངུལ་གྱི་མཐུལ་ཆེ་ལེགས་དར་ཆོན་ལྡ་ཡི་སྟོ་འདོགས་  
 ཅན། ཆོས་རྒྱལ་ལི་མའི་ཐུབ་སྟུ། ལི་ཡི་བཀའ་གདམས་  
 མཆོད་ཉེན། བྱང་ཚུབ་ལམ་ཆེན། དངུལ་སྟོར་བརྒྱ་བཅས་  
 ཡུལ། བྱི་ཉིན་གཙུག་ཉེར་དྲི་མེད་དང་འོད་ཟེར་དྲི་མེད་  
 གཉིས་གྱི་རྒྱ་ཅོད་པན་མཐའ་ཉེན་བཅས་པའི་དབང་  
 གཞུངས་ཉེག་པའི་ལྷང་གིས་མཐའ་ཉེན་པ་དང་། ཆོས་  
 ༡༥ཉིན་སེག་པེ་ཐོ་ཡོན་ལྡ་བཙུན་དོན་གྲུབ་རྒྱལ་མཆོན་



ཞེས་ཇི་བཙུན་བུམས་པ་མགོན་པོ་སྐུ་དངོས་སུ་གྲགས་པ་  
 དེས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱུང་བཀའ་བརྒྱ་ཙུའི་དབུ་ནས་སྒྲོལ་  
 མ་༡༡ དང་བཀའ་གདམས་ལྟ་བཞིན་ཇིས་གནང་ཞུས།  
 བགོགས་གཏོར་གཅིག རྒྱ་དབང་སྐབས་བཞེངས། སྡེ་མ་  
 བཟུང་དང་བཟླས་ལུང་སོགས་ལ་ཆོག་རྒྱུ་ཐ་མ་བསྐྱུར།  
 ཆོས་བྱུན་གཉིས་པར་བགོགས་གཏོར་མེད་བསངས་རྒྱ།  
 ཆོས་༡༤དམ་པ་ལྷགས་འངམ་དབྱངས་སྐྱ་སེང་ནས་  
 བཟུང་ཇིས་གནང་བཅུ། ཆོས་༡༥དབྱངས་ཅན་མ་ནས་ཇི་  
 སེར་ནག་གི་བར་བཅུ་གཅིག ཆོས་༡༦ཁྱོ་བོ་དེ་ཇི་  
 རྒྱགས་ནས་བཅུ་གཅིག་ཞལ་མཁའ་འགྲོ་ལྟ་བཞིན་བར་  
 བཅུ་གཅིག མཁའ་འགྲོ་ལྟ་ལ་སངས་རྒྱས་མཚན་ཡེ་  
 རེས་ཀྱི་སྒྲུང་རྒྱལ་པོ། ཅི་ཐོག་ཕྱི་གསེར་ཐམ་དང་།  
 མཛོད་པའི་ལས་ཐམ་བཅས་སྐྱུན་ཞུས་འབྱོར་དགོས་མཛོད་



སྤྱིའི་བཀའ་རྒྱ་སྤྲོན་ཕེབས་ལ་བཀོད་སྤང་བཞིན་གསེར་  
 ཐམ་གདན་ཞུས་སོགས་ལ་མཆོད་དཔེན་མངགས། ཆོས་  
 ཡོ་སྤྱིར་སྒྲུང་ལུགས་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་གཙོ་འཁོར་  
 གསུམ་ནས་གྲུབ་རྒྱལ་ཏེ་མགྲིན་བར། ཟླ་༡༠ཆོས་༡ཏེ་  
 མགྲིན་ལུགས་རལ་ཅན་ནས་བཟུང་ནམ་འཛམས་ལྗང་སྤྲོན་  
 བར་བཅུ་གཅིག ཆོས་༡སྤྱི་བཅུ་གསེས་གཉིས། རྟོར་སེམས་  
 གཉིས། གསང་འདུས་དྲུང་ངེས་སྤྲུགས་བརྟུ་བཅས། ཆོས་  
 ཡོ་འཛམས་བྱེད་སྤྲུགས་བརྟུ་ཡན། ཆོས་༤བདེ་མཆོག་  
 སྤྲུགས་བརྟུ་ཡན། ཆོས་༥ལ་ཕག་དཀར་མ་གཏོགས་པའི་  
 ཕག་མའི་རིགས། ཆོས་༦ལ་ཕག་དཀར་ནས་བྲག་ལྷ་  
 མགོན་པོའི་བར། ཆོས་༧བྱ་སྤྲོན་དཔལ་མགོན་བེང་ནས་  
 ལུམ་བུལ་སོགས་བར། འདི་ཉིན་བཟུ་འཁོར་དབང་ལྷུག་  
 ཅེས་རྗེས་སྤྲོད་ཅུང་མ་བསྐྱད་ཀྱང་གསེ་རིག་གི་ལག་



ལེན་ཡང་དག་ཤེས་པ་འདི་དང་། ངག་ཚོར་གཉིས་  
 གཡེག་ཏུ་བསྟེན་ཏེ་ཇ་འབྲས་དགར་སྒྲིའི་སྒྲེ་ལེན་ཏེན་  
 འབྲེལ་བསྒྲིའ། བརྒྱད་དང་དགུ་ལ་ཐོ་ཡོན་ལྷ་བཙུན་རིན་པོ་  
 ཆེའི་སྒྲོབ་མ་སོག་པོ་བླ་མ་འཇམ་དབྱངས་འཕྲིན་ལས་  
 གྱིས་བསྒྲིགས་པའི་ཁ་སྒྲོང་གི་ཚོགས་། ཚོས་༡༠སྐྱབ་  
 ཐབས་འདོད་བུམ་གྱི་དབྱ་རྩྭ་གས་ཚོས་དབང་གཏོར་བྱོན་  
 བླ་མ་གསང་འདུས་ཐོད་ཐོང་ཙུལ་བླུ་མ་པོ་བཞི་དབང་དང་།  
 དེ་འབྲེལ་གཏོར་དབང་གནད་གྱི་ཤོག་གཅིག་མ་སོང་  
 རྗེས་གནད་གསུམ། ཚོས་༡༡གུར་དྲག་སྒྲོར་དྲག་ཚོས་  
 ༡༢ཚོ་དབང་རིགས་ལྷ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་པོ་  
 ལྷགས། དེའི་མཇུག་ཐོགས་ཐུགས་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་  
 པོའི་སྒྲོམ་ལུང་བཅས། ཚོས་༡༣ཐུགས་ཆེན་རྒྱལ་བ་རྒྱ་  
 མཚོ། ཡང་རྒྱུག་མེ་ཡི་སྐུ་གྱི། སྒྲོར་སྒྲོང་ཏེ་མགྱིན། ལྷགས་



རལ་གཉིས། ཕྱག་རྟེན་རིགས་ལྔ་བཅས། ཆོས་༡༤ཉང་  
 གཉིར་ཕག་མེ་ཞལ་གཉིས་མ་དང་། དེན་གྲུབ་མའི་བྱེན་  
 འབེབས་བདུན་ནམ་བུར། གཞན་ཕག་མེ་༥ མ་ཉི་འཇམ་  
 དཀར། དམ་པའི་སྒྲ་སེང་། དུར་ལྷགས་དབྱངས་ཅན་མ་  
 བཅས། ཆོས་༡༤ཕྱི་མར་ནམ་འཇེམས། སྒྲགས་ཆོད་བྱང་  
 སྒྲོང་ལ་རྒྱུ་པ་ལ། འཇམ་དཔལ་རྒྱ་ག་རྟུ། དཔལ་མགོན་  
 ཆོགས་བདག་མ་ཅིང་། ཞལ་བཞི། མགོན་དཀར་ཆེ་འཕེལ་  
 བཅས། འདི་ཉིན་འཆར་ཅན་དགོན་ལྟང་འདུས་སྒྲིས་དུས་  
 རིམ་ཟེར་འཕེན་དང་བསྐྱལ་དབང་འགྲིགས་པ་བཅས་ཉིན་  
 འཕེལ་བཟང་སྒྲམ་བྱུང་། ཆོས་༡༥ཉིན་དཔལ་དགོན་མ་  
 ཅིང་དང་། སྒྲག་ཞོན། བེང་བཅས། མགོན་པའི་བྱེན་མིན་  
 དམ་ཡེ་བསྐྱེ་བ་མ་བྱུང་། རང་བྱུང་རྒྱལ་མོ། ཨེ་ཀ་ཇི་ཉི་  
 རིགས་༥མོགས། ཆོས་༡༦ལྷ་མོ་ག་ཤོག་ཆོད་མ་སྒྲིག་



སྒྱུ་བ་བཅས། གཟའ་མཆོག་རྒྱ་ཏུ་ལ། གཞོད་སྒྱིན་འགན་པ་  
 དམར་ནག གཟའ་མཆོག་སྒྱུ་བས་གཙོ་འཁོར་གཅིག་  
 འབྲས་གཏོར་དབང་སོགས་ཐུན་མིང་དང་ཐུན་མིན་གཉིས་  
 མི་འགལ་བའི་ལྷགས་ཞེས་པ་ལས་གཟའ་བརྒྱད་གཞོད་  
 མོ་བཞི་སོ་སོར་བྱེ་བ་དེ་མ་མཛོད། བྱེ་དྲོར་དམ་ཅན་དྲོར་  
 ལེགས་ལོ་རྩ་རི་ཞིང་སྒྲིང་སེང་གཞོད་། བསྟན་མ་བཅུ་  
 གཉིས་བྱེ་སྒྲིག་གཏང་སྟུལ། ཆོས་༡༧ དུར་ཁྲོད་བདག་མོ་  
 ངན་ནེ་མ། དེ་ཏར་སྒྲུ་ལྷ། རྣམ་སྒྲས་སྒྱིན་གསེབ་མ། རང་  
 སྒྱུ་བ་མདུང་དམར་ཅན། དྲག་བྱེད། ཡང་གསང་ཕྱག་མཆོན་  
 བཞི་པ་བཅས། ཆོས་༡༤ སོག་པོ་དམ་ཆོག་དེ་ཇེས་ཁ་སྒྲིང་  
 མཛོད་པའི་ཏ་མགྲིན་ཡང་གསང་ཁྲོས་པའི་དབང་དང་།  
 གཞོད་སྒྱིན་ཞང་སྒྲོན་དེ་ཇེ་བདུད་འདུལ། གྲུ་མངོན་ཇོ་  
 དམར་ལྷ་ཆེན་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོའི་ཇེས་གནང་བཅས་



ལྟལ་ཏེ་འདོད་བྱམ་བྱལ། ཆོས་༡༧ ཉིན་རིན་འབྱུང་ཁ་སྒོང་  
 ལྟལ་ཐབས་རིན་ཆེན་མཛོད་ཁང་གི་དབུ་ནས་ཚར་ལྷགས་  
 བཀའ་བབས་དགུ་ལྟན་སྒོལ་དཀར་ཡིད་བཞིན་འཁོར་ལོ།  
 ལམ་འབྲས་ཆ་ལག་རྟོར་སེམས་མ་རྒྱུད་ལྷགས་སེགས་  
 ནས་བསྟན་པ་སྒྱེ་དབང་བར། ཆོས་༡༠ སངས་རྒྱས་སྟོན་ལྟ་  
 ནས་འབྲི་གུང་ལྷགས་ལྟན་སྒྱེས་བཞི་ཡི་སྒྲིག་རྟོར་གསང་  
 འདུས་བར། ཆོས་༡༡ སྒྲ་གཙན་འཛིན་དཔལ་བཟང་  
 ལྷགས་དུས་འཁོར་ནས་འཛིགས་བྱེད་དམར་པོ་མདའ་  
 གཞུ་འགོངས་པའི་བར། མདོ་སྒྱེས་བྱ་པད་ཟུ། ལྟག་སེ། སྒོ་  
 ལོའི་ཕྱིད་མོ། ་ཞིག་རེད་དང་གཡའ་ཕེན་འཐེན་འབྱུང་མི་  
 ཆོག་པ་། དེ་རྒྱུད་བསྐྱམས་བྲིམས། དགོ་འདུན་ལ་༡༩  
 འབྱེད་མི་ཆོག་པའི་ཕ་ཆོག་བྱུང་དོན་མཇུག་གཞོན་སེགས་  
 ལས་སྒྱུར་གང་ཅིའི་ལས་སྒོ་འབྲས་ཚང་གནང་དགོས་ཡི་



གེ་སང་། ཆོས་༡༡སྟག་ལུང་ལུགས་ཁྱོས་ནག་ལྷ་ལྷ་  
 ནས་ཞི་བྱེད་རྡོ་རྡོ་བརྟམ་པེ་མཁའ་འགྲོ་བདུད་གྱི་བུམ་པའི་  
 བད། ཆོས་༡༤ས་ལུགས་ཐུགས་ཕྱག་ཟུང་འཇུག་ནས་  
 སྒྲོལ་ལྷང་མར་རྡོ་ལུགས་བད། ཆོས་༡༥སྒྲོལ་མ་བཀྲ་  
 འཁོས་དོན་གྲུབ་ནས་རྡོ་ལུགས་སྒྲོན་མ་༡༧བགེགས་ལ་  
 བསྐྱུན་པའི་བད། ཆོས་༡༥ཕྱི་མར་སྒྲོལ་མ་ཞི་བ་ཆེན་པོ་  
 ནས་བསྐྱུས་པ་ལྷ་སྟགས་གཅིག་ཆོག་བད། ཆོས་  
 ༡༦ཕྱག་རྡོར་ལའོར་ཆེན་ནས་ཉི་མ་མདུང་གང་བར་ཕྱག་  
 རྡོར་རིགས་ལྷ། ཆོས་༡༧ལ་མི་ཏུ་ཕྱག་རྡོར། ཏུ་མགྱིན་  
 རིག་གཉིས། ཆོ་ལྷ་བརྒྱད། ཆོས་༡༨ཉིན་ཆོ་ཡི་དབང་  
 བསྐྱུར་བ་ཟབ་མའི་གཟུངས་དང་འབྲེལ་བའི་གྲུབ་རྒྱལ་  
 ལུགས་ཆོ་དཀར་ལྷ་དགྲ་པ་སོགས་ཆོ་ལྷ་གསུམ། རྡོ་  
 ལུགས་གཅུག་ཏོར་ནམ་རྒྱལ། མི་ཏུ་འཇམ་དཔལ་སོགས་



རྣམ་འཁོར་ཕྱིན་འབར། ཆོས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་པ་རྣམ་  
 ཚར་ལྷགས་ཐུན་མེན་དམར་པོ་སྒྲོར་གསུམ་སྟོན། ཆོས་  
 ཡོང་ལྷགས་ཆོགས་བདག་དཀར་པོ་ཕྱག་བཞི་པ་རྣམ་  
 རྟེན་ལོའི་ལྷགས་བདུད་ཅི་འབྱེལ་པ་བར། ཟླ་༡༡ཆོས་  
 ༡གཙུག་ཏོར་དྲི་མེད་རྣམ་བུ་འབྲེལ་གསེར་ལྷོའི་བར།  
 ཆོས་ཀྱི་གཙུག་ཏོར་འབར་བ་རྣམ་དྲེག་བྱེད་ཏེ་སྒྲོན་བདུད་  
 མོ་བཞི་སྒྲོར་བར་ཆོས་ཀྱི་ཡལ་གསང་མདུད་དམར་རྣམ་  
 གྲེགས་བམ་དང་པོའི་མོར་ལྷོའི་སྒྲོར་ལྷགས་བར། ཆོས་ལ  
 གཏོར་དབང་བར་ཆད་ཀྱན་སེལ་རྣམ་མགོན་པོ་མཆོན་ཁ་  
 བར། ཆོས་ལས་ར་ཏའི་ལྷགས་མགོན་པོ་ཞལ་གསུམ་  
 ཕྱག་དྲུག་པ་རྣམ་སྟེན་ལྷང་མགོན་པོ་དགོས་འདོད་ཀྱན་  
 འབྱུང་བར། ཆོས་༢མགོན་ལྷང་འཕྱིན་ལས་ལྷན་གྲུབ་རྣམ་  
 ལམ་འབྲས་གྲུབ་མགོན་བར། ཆོས་༤གྲུབ་མགོན་སྒྲིན་



གསེབ་ནས་མི་ཏུ་བྲག་ལྷ་མགོན་པོའི་བར། ཆོས་༧༩  
 ལྟའི་གསུང་མགོན་པོ་དམར་ནས་ཀར་ལྷགས་པོར་ནག་  
 ཅན་སྒྲོར་བར། ཆོས་༧༠ཞི་བུད་མགོན་པོ་པོར་ནག་ཅན་  
 ནས་ཞལ་ཞི་བའི་མགོན་པོ་བར། ཆོས་༧༡རྒྱས་པའི་མགོན་  
 པོ་ནས་ཞལ་བཞི་མེད་གི་ནག་པོའི་བར། ཆོས་༧༢ནང་  
 ག་ཤིན་ཇི་ལྟར་སྐྱབ་པ་ནས་བྱན་བདུད་བར། ཆོས་  
 ༧༣ཡང་སྒྲོང་ནང་གི་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་ནང་གསང་གསུམ་  
 ཡང་གསང་དུག་རི་མགོན་པོའི་ལའོར་གྱི་ལྷ་མོ་༩ དུས་  
 མཚན་འོད་ཆེན་འབར་མ་བེག་ཅི་གཉིས་གྱི་བར། ཆོས་  
 ༧༤དཔལ་ལྡན་འདས་པ་བཀའ་བརྒྱད་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་  
 ཁོག་ཕུབ་བཀའ་གཉིས། གུམ་མོ་ཐབས་ལམ་སྐྱུ་ལྷས་  
 ཆི་ལམ་འོད་གསལ་གྱི་བཀའ། སྒྲོང་པོ་ཕུག་ཆེན་གཤུ་མ།  
 འབྲས་བུ་ལྷས་འཆི་མེད། ཆོས་༧༥བར་དོ་དང་འཕོ་བའི་



བཀའ་སེམས་འཆི་མེད། ཡལ་ག་ལམ་བྱེད་ནམ་གསུམ།  
 ཞི་བྱེད་མ་ལྷགས་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ། དམ་པའི་བླ་སྟོབ་བཅས།  
 ཆོས་༡༤འབྲི་གུང་ལྷགས་ཕྱག་ཆེན་ལྡན་ནས་ཕྱག་  
 ཆེན་བད་དབང་བར། ཆོས་༡༥ལམ་འབྲས་བད་དོན་  
 གསལ་བ་ནས་བེད་སྤྱད་བྱུང་མེད་བ་བར། ཆོས་༡༦སྟོན་  
 ཏུ་བར་ལུས་གྱུར་པ་ཞི་བྱེད་སྟོར་ལམ་ལྡེའི་བྱེད་ལྷབས་  
 དང་། འབྲིང་པོ་ལམ་གསུམ་གཞུང་མ་བསྟུས་པ་ཇོ་གས་  
 པའི་ལམ་གཅིག་བེད་སྤྱད་བྱུང་མེད། དམ་པའི་བླ་སྟོབ་  
 བཅས། ཆོས་༡༧འབྲུབ་ཐོབ་བརྒྱུད་ཏུ་དཔའ་བོ་འོད་གསལ་  
 ལྷགས་དང་། ཡང་སྟོང་གི་དེ་ཇེ་མི་འབྲུག་པ་ཇོ་ལྷགས།  
 རས་རྒྱུད་ལྷགས་ཕྱག་དོར་གཏུམ་པོ། ཀར་ལྷགས་སྟོལ་  
 མ་ལྡན། ལྷག་ལྷུང་ལྷགས་ནལ་འབྱོར་ལྡན་ཅིག་སྟེས་  
 མའི་བད་དབང་བཅས། ཆོས་༡༨ཀུན་རིག་གྲུབ་ཆེན་ཀུན་







ཏུ་སྒྱུབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་ནས་གང་ཅིའི་བཀའ་ཡིག་  
 གེབས་ལན་དང་། ལས་སྒྱུར་འཕྲོས་བཀོད་སྟོན་སྟོན་  
 དོན་བྱེད་སྟོན་མི་ཁྱེད་བ་ཡོད་སྟོན་ཡང་གོང་བ་ལྟར་  
 ལྟར་ཉིན་ཐོ་རྒྱས་པ་མ་བསྐྱེད་པས་ལོ་རྒྱུས་འགོད་བྱས་  
 གོངས། ཆོས་ཐུན་གྱི་གསེང་བར་དུ་དེད་དང་ལྟ་བཅོམ་  
 རྒྱག་གཉིས་ནས་ཇིས་གནང་རིམ་སྤྱོད་ལ་མཁོ་བའི་ཅན་  
 དཀྱིལ་འབྲི་བཞེངས་གྲུབ་པ་བྱས། སྒྲར་ཇིས་གནང་རི་  
 གཉིས་ཆད་པ་དང་། དབང་སྒྲུབས་ཆེ་ག་ལྟོག་ཆད་གྱི་སྒྲོ་  
 མ་བདེ་ཅོམ་བྱུང་བ་ནམས་བསྒྱུར་དུ་གནང་གྲུབ་ཞུས་པར་  
 བཞེན། ཟླ་༡༥ཆོས་༡ཉིན་དཔལ་མགོན་ལྷུང་ཞལ་ཅན།  
 དཀར་པོ་ཆེ་འཕེལ་བྱན་མིན། བྲམ་གཟུགས་གྱི་མངགས་  
 གཏང། གྲུབ་བརྒྱ་དོར་གདན་ལྷགས་ཡོང་གྲགས། རིན་  
 འབྱུང་ལས་ག་ཉིན་ལྟ་བུ་གསུམ། དམར་པོ་བྲག་མདོག་



བསེ་བྱ་བཞི་བསྐྱེད་གསུམ་ལ་ཁ་སྐྱོད་གི་རྗེས་གནང་སྐྱུར་  
 བ་ནམས་ཞུས། ཟླ་མ་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་ལའོར་དང་ལས་སྐྱེ་  
 བཅས་པར་སྒྲེར་ནས་གསེལ་སྟོན་ཉིན་གསུམ་ལུལ། ཆོས་  
 རེན་འབྱུང་ནམ་སྐས་སེར་པོ་བདེ་བྱེད་ལ་ཁ་སྐྱོད་དྲག་  
 པོའི་རྗེས་གནང་བྱུན་མིན་སྐྱུར་བ། སྐྱ་མི་སྟན་གྱི་ཆོ་སྐྱབ་  
 སྐྱལ་སྐྱེའི་ཆས་ཅན་རྗེས་གནང་གི་རྒྱན་འཁོར་ཏུ་དགོན་པ་  
 ནམས་སྐྱལ། དེ་ནས་རིན་འབྱུང་ཁ་སྐྱོད་གི་ལོ་རྒྱུས། རོར་  
 བྱེད་ནང་གི་དྲི་མེད་ནམ་གཉིས་གྱི་སྐྱབ་དགྱེལ། ཟློ་གསལ་  
 བརྟན་སྐྱོད་གིས་མཛེད་པའི་འོད་ཟེར་དྲི་མེད་གྱི་ཆོག་  
 བསྐྱེགས་འོད་ཟེར་བྱེད་བ། སྐྱ་ཚད་པའི་ས་རྩུའི་ཆོ་ག་ ཟློ་  
 གཉེར་དབང་པོས་མཛེད་པའི་འོད་ཟེར་དྲི་མེད་གྱི་མཛོད་  
 ཉིན་བཞེངས་ཚུལ་བཅས་གྱི་ལུང་དང་། ཟུར་བརྒྱ། རྗེ་པ་  
 བོད་ཁ་པས་མཛེད་པའི་སྐྱ་མི་སྟན་གྱི་ཆོ་སྐྱབ་གྱི་ལུང་



བཅས་ཞུས། ཆོས་དེེན་ལྷ་མ་རིན་པེ་ཆེར་བཀའ་དྲིན་  
 གཏང་རག་ཡོན་འབྱུལ་མཆོན་བྱེད་དར་ནང་མཛོད།  
 དངུལ་གྱི་མཐུལ་སྒྲིལ་འདོགས་ཅན། སྒྱུ་ཉིན་ཆོས་ལི་ཐུབ་  
 ངའི་སྒྱུ་དང་དངུལ་གྲ་དྲོས་ལེགས་སྒྲུས་ལྡན། གསུང་  
 ཉིན་དམིགས་བརྩེ་མའི་བེུ་བུམ་པོད་༥ ཐུགས་ཉིན་  
 གསེར་ཟངས་མཆོད་ཉིན། བྲ་སྒྲུབ་ཆེ་ལེགས། རྒྱ་གསེར་  
 སྒྱུ་འགག་འགན་སྒྱུར། མཛོད་གོས་སེར་པོ་ནམ་འདེངས།  
 དངུལ་ཉམ་དཀར་སྒྲང་བརྒྱ་ཐམ་པ། ཟངས་དམར། བཟང་  
 འབྲུ་རུའི་ཁལ་བརྒྱ། ཐུག་རྒྱ་ཆོས་ལེགས་པ་༥འཁར་༥  
 དཀར་ཁ་༥འཁར་གཅིག་བྲ་འབྱུལ་བཅས་གཟབས། ཐུགས་  
 མཁོ་མཆོད་ཆས་བསྒྱུན་མཁན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཟོ་མགར་ལྡེ་ལ་  
 ལྷ་༥ཀྱི་སྒྲིལ་པོགས་འབྱུར་ལེན་ཞུས། ཆོས་༡༠ཉིན་ལྷ་མ་  
 རིན་པེ་ཆེ་ནས་འདི་གའི་གོང་མས་བརྩམས་གནང་མགོན་



དགར་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གཡང་ཆེག་གི་ལུང་དགོས་  
ཚུལ་གསུངས་པ་བཞིན་མཐུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ལུལ། རེན་  
གསུམ་འགྲིམ་བཟོད་གནང་སྟེ་ཆེབས་བསྐྱར་བསྐྱངས། སྟོན་  
དུ་མཁན་ཚུང་གོ་གནས་སྟུལ་བ་དང་སྟེ་མཛོད་དགོངས་  
ཁྲོལ་ཆབས་ཅིག་ཡོང་ཅིས་ཡིན་རུང་། འདི་རེས་དང་ཐོག་  
སྟེ་མཛོད་དགོངས་པ་ཞུ་ཁྲོལ་མ་བུང་ཕྱིན་བྲག་གཡལ་སྟེ་  
མཛོད་མིང་ཐོག་ནང་ལས་གནང་བདེ་མེད་པ་སྟོན་གསེལ་  
ལྟར་ཁར། འདོད་གསེལ་སྟན་ཞུར་རང་མིང་རྒྱགས་སྟངས་  
ཚུན་སྟབས་བདེ་མེད་ལྷགས་ལྟ་སྟོད་དོན་གཉེར་བ་ཆོའི་  
རེས་གསལ་འཕྱིན་འབྱོར་བཞེན་ལས་སྟེར་གསང་སྟབས་  
གྱིས་མདོ་སྟེ་ང་མོད་བརྒྱད་བྲག་སྟེ་དར་ཉན་དགོངས་ཞུས་  
ཕྱི་སྟན་གོང་སྟོད་བཀའ་གསུམ་མཆོན་འཁོད་དང་། མདོ་  
སྟེ་དང་ལྟ་ཁྲུལ་དོན་གཅོད་པ་སོགས་སུ་དེ་ཅིས་གྱི་ནང་



ལྟན་འཕྲོས་པ་གནད་ཐེངས་བཅོ་འབུལ་བྱས། གསང་བྱ་  
 བྱས་བྱང་ཆོད་དཔག་གམ་ལྟ་འདྲིས་བསྒྲགས་པ་འདྲ་གང་  
 ལྟར་ཆོས་༡༠སྟོར་མཆོད་ཆེ་ཆོད་གཏོང་གིས་དགུན་ཐོག་  
 དཔྱེན་འདུམ་མ་སྒྲིབས་ད་ཆར་དབྱར་སེང་ཉེ་བཅར་རང་  
 དགོན་དུ་བསྐྱད་དེ་སྒར་ལུགས་བྱེད་སྒྲོ་བསྐྱེདས་པས་  
 འབྲུས་རུང་བསྐྱན་སྤྱིད་འཁྱར་ལེན་མུ་མཐུད་ལས།  
 ག་ལམ་འོག་དགོངས་ཞུས་ལྟ་བུའི་ཐལ་ཆ་བྱ་འོས་མ་ཆེ་  
 བའི་གོང་རྗེའི་བཀའ་ཡིག་དང་། ལས་སྒྲིས་བྱང་དེང་  
 སྐབས་བླ་འབངས་འཆོ་ཆོགས་ཞུ་སྒྲོ་འགན་ཁྱི་བྱགས་  
 ཁག་མེད་བཞིན་བྲི་གསེལ་སྐབས་མངའ་ཁུལ་དགོན་  
 ཡུལ་ལས་ཆོན་དང་བཅས་པས་བཀའ་བརྩེ་དངས་བསྟོད་  
 ཞུ་གན་འབྲུ་མེ་ཆེ་མདེ་སྒྲིའི་འགོ་མཆོན་གཙང་བཙན་ཅན་  
 ཟུར་ཡོད་བཞིན་ཡང་། ལྷག་ཏུ་དགོངས་བདེན་ཡོང་བྱུང་



བྱི་རྒྱ་ནང་བཅུད་གང་ཅིའི་ཐང་དེད་ལས་ཚན་ཡོངས་ནས་  
 ཅི་གསུངས་དང་ལེན་ཞུ་གན་རེའང་ཟུར་ཤུལ་བཞིན་ལ།  
 ཟླ་དཔོན་གོང་ནས་སྒྲིན་ཁྲོལ་བྱུང་ཡང་བསྐྱར་གསེལ་ཤུར་  
 ཚུགས་སུ་འདེབས་རྒྱ་ཉག་གཅིག་ལས་མ་འདས་པས་  
 དགོངས་ཞུས་ནི་གནང་ཐལ་གཏན་ནས་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་  
 ཡིག་ལན་ཚུན་ཟོབ་ཤུན་བྱས་བསྐྱབས་པ་བསྐྱང་འབྲེལ།  
 མདོ་སྐྱེར་ཞུ་སྟན་འགའ་ཞིག་དང་། དོན་གནད་ཅུང་ཆེའི་  
 བཞེད་རྒྱ། འགོ་མཆན་དང་དཔྱད་འཆར་འགའ་ཞིག་བྱུང་  
 བར་ལག་ཉགས། གསར་ལོའི་དུས་ཆེན་ལ་འབྲེམས་རྒྱུའི་  
 འཆར་ཅན་དག་ཁྲིམས་བཞེད་རྒྱ་ལ་འབྲིན་འཇུག་དམ་  
 འཁེབས། གོང་ཁྲེ་རིན་པོ་ཆེར་གོང་དོན་སྒྲེར་ཐབས་མཁས་  
 ཞུ་ཤོག་དང་དགུང་སར་མཇུག་དར། མདོ་སྐྱེ་ལས་བྱུར་  
 བཅས་པ། ཆབ་མདོ་ཙུ་ཤོད་ཟླ་དཔོན་ཁག་ཏུ་སྒྲར་ལམ་



དགུང་སར་རྟེན་འབྱུང་ཞུ་ཡིག་བཟེ་འབྲུལ་བྱས་སོ། སྤྱི་ལོ་  
 ༡༩༥༡འཁོར་ཚུ་སྤྱི་ལ་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་དཔལ་  
 ལྡན་ལྷ་མོར་ཆེས་གཏོར་གཟབས་གསོལ་དང་བཅས་ཉི་  
 འོད་དུ་ཟླ་བྲང་གི་ལས་བྱེད་གམ་གནས་ནམས་དང་།  
 གདོང་ལོང་དཀོར་ཟེད་ནམས་གྱི་རྟེན་དར་ཟླང་། གཞུང་  
 སྒྲེར་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཉིན་ལས་བགྱིས། རྒྱ་རིམས་དམར་  
 བ་ལལ་གྱི་ནད་ཚབས་ལྷི་བས་བཏབ་ཀྱང་འཆོ་བྱེད་ཞང་  
 རོར་དགའི་འཕྲོད་སྐྱེན་ལ་བསྟེན་རིམ་དངས་གྱུར། རང་  
 དགོན་དུ་འཆར་ཅན་དགོན་ལྟང་ཟླ་གྲ་གདན་ཞུས་  
 བསྐྱངས་གསོ་དང་། ག་བྲབ་ཨ་མཆོད་འདེམས་བསྐྱུས་  
 ནས་རྒྱལ་བའི་བཀའ་འབྱུར་རིན་པོ་ཆེ་ཚར་གཉིས་དག་  
 སྒྲོག་འཕར་དུ་བརྒྱད་སྟོང་ལོ་གྲངས། དབྱེན་འདུམ་  
 འཆོགས་མང་ལ་བསྟེན་བཀུར་ཉིན་འབྲོངས་དང་བཟང་



འབྲུ་སྒྲར་བེ་རེའི་སྒྲུ་འབྲེད་དང་ཉེན་གསུམ་མདུན་སྟོང་  
 མཆོད། སྒྲེར་ཞེར་སྟོང་ལྷ་སྒྲུང་ཡུལ་འབྲེག་འགོ་ཇིས་བྱེ་  
 འབབ་སྟོང་ནས་བྱ་དགོན་ཆོགས་མང་སྟོང་ཕྲག་བཟལ་  
 བར་བསྟེན་བཀྱར་ཉེན་འབྲེངས་དང་། རང་བྱེན་ཇི་བཙུན་མི་  
 དམ་པའི་སྒྲུང་བཟླས་མདུན་སྟོང་མཆོད་བཙས་འབྲུལ་  
 དགོས་སྒྲེར་གཡོག་ཏུ་ཟམ་སྒྲེལ་པོར་བཀོད་ཆུ་ཕྱིས་འཛིན་  
 དང་། ཟླ་འཔའི་ཆོས་༡༥་ཟླ་འཛིན་དང་བསྟུན་གདོང་ཀོང་  
 ལྷ་ཁང་ཁག་ཏུ་སྟོང་མཆོད་བཙས་ཡུལ། ལྷ་སྒྲུང་ཏུ་ཟམ་  
 བྱ་ཐོ་དགོངས་ཞུས་སྟེ་དམངས་ནས་འོས་ཐོ་བཏང་འབྲེར་  
 བཞིན་སྟོང་བ་དགོན་མཆོག་དང་། སྟེ་བ་དཔོན་དོན་ཆོར་  
 བསྟོ་བཞག་ལག་བྱེར་སོང་། ཟླ་བ་ལྷ་པ་ཉིས་བཙུགས་བྱེ་  
 མར་སྟེ་མཛོད་དགོངས་ཁྲོལ་བཀྱར་འགོ་སྟེ་སྟེན་བཞིན་ཟླ་  
 དར་སྟེབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ཐབས་ཟབ་གསོལ་སྟེན་



དང་ལས་སྒྱུར་གནས་འཕྲེས་བཏང་ལན་གོང་སྒྱུག་  
 དགོངས་འབྲུག་གི་ཉམས་དང་། ཟླ་རྒྱུ་ཆེད་མངགས་  
 སོགས་མགོན་རྒྱུ་ལས་སྒྱུས་དེ་འདྲ་གནང་ཐབས་མེད་  
 དཔལ་ལྷ་མཐུད་སྒྲིབ་དགོས་དཔོན་འབངས་སྒྱུ་མགོན་སྟོན་  
 ཞུ་འབྲུལ་གྱི་ཡིན་ལུགས་ཞེ་ཡིད་ཇི་ལྟར་རྒྱུ་ཁ་མཛོས་  
 ག་ཀོར་བསྐྱོར་ཇོགས་ཁ་འགས་མཐར། སྒྲུ་ལུས་ལྷ་མཐུད་  
 སྒྲིབ་དགོས་སོགས་འདྲ་མིན་ཞུ་ཐལ་བྱུང་ཡང་ལས་འགན་  
 མི་ཁྱུར་ངེས་ཅན་ཆོག་མཐའ་མནས་མནན་ཡི་གེ་སོང་བ་  
 དང་མདོ་སྒྱུས་གྱུང་ཚབ་གསར་འོས་སྟོན་འབྲུལ་འབྲུལ་  
 དགོས་སྒྱུ་འེ་བཀའ་ནན་བཅས་སྒྲུར་ལམ་འོས་བསྐྱུས་  
 འཆར་སྟོན་འབྲུལ་སྒྱུ་སོགས་བཟང་གྲུ་ལེགས་འགྲིགས་  
 ཟླ་འཕེལ་ནང་མཛོད་པར་བསྐྱོར་བཞག་གཞུང་གནས་བཀའ་  
 སྒྱུ་འཕྲེལ། ཟླ་འཕེལ་འཕེལ་གདོང་གོང་ནས་ཐོན་འོ་ཐོར་



བརྒྱད་གཡག་ཉལ་དུ་མགོན་གཙོས་ལས་ཚན་ནམས་གྱི་  
 ཐབ་བསྐྱས་བཅས་དབྱེན་འདུམ་དུ་འབྱེད་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་  
 གོང་ཇི་མདུན་འབྱེད་ཕྱག་བཅད། ལྷ་མཆོད་དུས་ཆེན་ཉིན་  
 དགོན་ཐོག་དུང་ཇར་སྒར་སྒོལ་ཕྱི་ནང་ལས་ཚན་མི་སྣ་འདུ་  
 འཛོམས་ཐོག་དགོ་བྲིམས་མགོན་བསྐྱར་དང་། གཞུང་ནང་  
 སློ་བཟང་ཆོས་གྲགས་ལ་ཆེབས་དཔོན་ཆེ་བ། མཆོད་  
 དཔོན་ལ་གཞུང་འཕོད་འགོ་བྱེད་ལག་བྱིར་བཏང་  
 ལྷ་སྐབས་ཇི་རིན་པོ་ཆེར་མཁན་ཆུང་དང་སྐྱེ་མཛོད་སོགས་  
 སྒྲོར་དེ་སྒྲོན་ཞིབ་ཕྱི་གནས་སྒྲུང་གསེལ་བ་མེད་སྐབས་  
 ཆེད་བཅར་སྐྱེ་ཕྱི་རིམ་པའི་ལོ་རྒྱུས་དགོངས་སངས་ཞུས་  
 པའི་ཕྱིར་ཕེབས། སྐྱེ་མཛོད་དགོངས་པ་ཞུ་ཐལ་བྱས་ཐང་  
 དེད་ལ་ནང་ལྷགས་གྱི་འདྲི་ཏོག་ཙམ་མེད་པ་དང་། ད་ཆར་  
 ཕྱི་རྒྱ་ནང་བཅུད་གང་ཅི་བདེ་སློ་ཁེལ་མིན་འདི་ཆོའི་ལག་



ཏུ་རྒྱགས་དགོས་ཏེ་ཅང་ཡིད་ཡམ་ཆེ་ཚུལ་ཐུགས་ནད་  
དང་། དཔེན་ཆེན་ཆོ་གཅིག་རྒྱབ་གནེས་འཛོམས་གཞུང་གུང་  
དང་། མི་སེར་བརྒྱུ་གསེག་བ་རྩམ་གང་ཆེས་ཉིད་དྲག་  
རེ་ཡིན་རུང་མདེ་སྤྱིའི་ངན་བཅོན་དམག་བསྐྱེལ་སེགས་  
ཀྱིས་ལམ་སྤྲོད་པ་འདྲི་བ་བཞིན་མ་བྱུང་། ཐུག་སྤྱི་དར་  
ཏན་དགོངས་ཞུས་མཁན་རྒྱ་དོན་གནེར་དེ་བཞིན་སྒྲེར་གྱི་  
ངོས་ནས་བལྟས་ཀྱང་ཏེ་བབས་བོང་ཞེན་དང་འདྲ་ཚུལ། ད་  
ཆར་མཁན་རྒྱ་དོན་སྤྱི་བྱུང་ན་དེའི་གེ་མིང་འཛོན་བཞིན་  
འདི་གར་ཁོང་གི་སྐྱེ་འབྱུངས་སྤྲོད་འབྲས། དེ་མིན་ཆབ་  
མདེར་མདེ་ལས་ཁོངས། ཐ་ན་སྤྱི་མཛོད་དར་ཏན་ཁོང་  
ནམ་པས་བསྐྱོས་པའི་མིང་ཐོག་མཁན་རྒྱ་ཉེས་འཛོན་  
ཆོག་གི་མིང་རུང་། ཁོ་བོས་མིང་འདྲིགས་ཅི་བྱས་ལ་  
འགོག་ཐབས་མེད་སྟབས་གཞུང་གནས་སྤྲོད་དུང་ཆེ་ཏུ་



གླ་མ་བྱ་བ་བྱེད་ས་ལས་མཐོ་ཙམ་ཞིག་ཡོད་དར་བ་ལྟར་སྒྱེ་  
 ཟུར་བྱུང་ཆེན་མོ་མེད་ཐོག་སྒྲིང་དགོས། ཉིད་སྒྲིང་ས་འདྲིའི་  
 མེད་སྒྱེ་ཀུན་སྒྲིལ་གླ་མའི་གནས་སུ་བསྐྱེད་མ་བཅུག་དེད་  
 བྱིས་བྱི་མོད་ལྟག་བཟུང་སྒྱེ་མཛོད་བྱེད་བཅུག་རྗེས་ད་ཆར་  
 གླ་མེན་དཔོན་མེན་བྲག་མེད་ལྟག་པ་ལྟར་ཡིབས་བྱུང་  
 གཞུང་དོན་སྒྱེ་ཆོས་བྱེད་པར་སྒྱེ་དམག་དཔེ་བཞིན་དགའ་  
 མེན་ཞེ་ནད་ཅན་ཁ་འགས་ཡོད་ངེས། དཔོན་ཁག་ཆོ་ཡིན་  
 ན་འགྲུལ་སྒྲིང་རྒྱབ་འཛིན་ཉེ་ནང་དཔོན་རིགས་རྩམ་བེལ་  
 དང་ལྟན་པ་ཡོད་། ཉིད་ལ་ཁ་ཐབས་འཁོས་དམན་བཟ་  
 རྒྱལ་བྱིས་གར་ཡང་མི་བྱིན་པས་བྱ་ནན་ཐང་ལྟུང་ལྟ་བུའི་  
 མི་དུས་འགོ་བརྒྱས་སྒྲིང་བོས་བདེ་མེན་ཡང་ཡོད་གནས་  
 སོགས་གསུང་སྒྲིང་སྒྲུབ་ཞིང་གཉན་པ་གསེར་རི་བསྒྲིགས་  
 པ་ལྟ་བུར་བརྟེན། གང་ཅིའི་བཀའ་འགོངས་མ་སྒྲིབས་དེ་



དེས་ཞུ་དན་གྱིས། སྦྱོབས་ཇེ་མཆོག་གི་མཛོད་ནམ་ཁོ་བོས་  
 སྒྲུང་བཙུམས་སྤྱུང་བའོད་པ་བཞིན། འཕྱིན་ལས་གྱི་  
 མཛོད་པོར་རྫོམས་པ་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་ལོ་ངོ་བཞིའི་རིང་ཉི་  
 གནས་བསྐྱེགས་པས་བླ་མ་འཆུན་སྦྱོབས་བྱེད་གཏད་གྱི་  
 བཀའ་ལྟར་མཐུན་དག་ན་གོང་ཨུཊུལ་སྒྲིན་པོའི་ཇེས་སྤྱི་  
 བྱེད་འཁོས་སྦྱོབ་ཐབས་འཁོག་མཐོང་ཞིང་ཐོས་གྱུང་ངོ་ཇེ་སྦྱོབ་  
 དཔོན་གྱི་བདག་པོར་ངོ་ཚ་དང་བྲེལ་མེད་གྱི་བྱ་བ་བཙུམས་  
 པའི་སྒྲིང་ཁམས་དབེན་པས་བཀའ་དགོངས་དཔོན་བསྐྱོས་  
 སོགས་ལ་ཡར་ཞུས་བྱེན་ལྟོག་གི་ཨ་འཕྲས་ནི་མ་སྦྱོབས།  
 སྒྲི་མོ་རྒྱས་ལྡན་དག་ལ་ཕྱུང་ཟད་བརྒན་ཅིང་བཀུག་པས་  
 ཉམས་དམན་མཐུན་དག་ལ་ནི་ཅི་བྱས་བདེ་བའི་དབང་  
 སྦྱོབས་སྦྱོབ་པར་དེ་ཙམ་དཀའ་རིགས་མིན་འདུག་གྱུང་།  
 དེ་ལྟ་བུའི་མངའ་ཐང་ལ་ནི་རང་ག་འཁོས་གྱིས་མི་མཛོད་བ་



བཅས་ཀྱི་རྒྱན་ལ་བཏེན་དཔེན་བསྐྱོས་རིགས་སྤྲོན་ཆེ་ལས་  
 རྩུང་ཟངས་མང་བ་དང་། དམག་བསྐྱུལ་དུས་འདྲེས་བྲེལ་བེང་  
 བཅོས་མེད་ཁར་མི་སེར་སྤྱི་འབྲུས་ཡིན་ཚུལ་སྒྲེ་མེ་ཁག་  
 གི་གཡེག་རིགས་འདྲ་འཛོམས་ཞུ་ཤེད་ཕྱན་བྱ་ཆོག་བའི་  
 ལམ་དོད་འབྲུས་འཁོར་གང་ཆེ་ལས། ཡོ་གྲངས་དང་  
 བརྟུན་བརྟུན་པར་བྱས་ངེས་རྒྱ་ཆེ་འཛུགས་ཐུབ་མ་བུ་  
 རུང་། ལྷ་སར་མི་སེར་འགོ་བ་སྤྲོད་མི་ཤིང་བ་ཅམ་གྱི་  
 གཞུང་སའི་ལས་ཁྲུངས་ཆེ་གཏན་ཁག་གི་སྤྲོད་བྱན་ཡོར་  
 ཆེ་པལ་གྱིས་རིག་སྒྲོས་འཆུན་དཀར་གཙང་སེལ་བྱས་པ་  
 དང་། སྤྱི་ཕྱིར་བླ་བྲང་ཕྱག་ཐོགས་ནམ་བུ་སོན་གྱི་ལྷ་ཟུར་  
 བཞི་ཟུར་སོགས་འབྲུ་ཁལ་ཁྱི་ཕྱག་མང་པོའི་ཁྲལ་འཕར་  
 འགོལ་རྒྱ་རྒྱ་འཁྲལ་ལམ་བུ་ཡང་སྐར་ལི་ཅམ་གྱི་ཁྲལ་  
 འཕར་སྤྲང་འབྱེད་མ་བུ་ཁར། ཡོ་འདྲིའི་མཛུགས་ལག་



རྗེས་རྒྱུ་པས་བསྐྱབ་སོང་བ་མ་གཏོགས། དུས་རེར་སེན་  
 གྱི་ལྔ་ཟུར་འདོན་ཁྲལ་འགེལ་ལམ་དེ་བཞིན་རང་ཉིད་  
 འཕྱོར་རེ་རྒྱུ་དོགས་ལ་མ་བལྟས་ཉམ་ཐག་སྤྱང་པོ་ལ་  
 ལྟག་ལ་བསམ་ཆག་ཡང་བྱ་དགའི་སྦྱོང་བཟང་བསྟར་  
 ཁྲལ་དང་། ལྷ་དཔོན་སྒྲེར་ཁག་གིས་མིག་ལྟོས་ཡོང་  
 དོགས་སེན་ཁྲལ་སོགས་ཁྲལ་རིགས་འདུས་མིན་རིགས་  
 གཞུང་ཕོགས་ཁང་དུ་གབ་སྦྱོར་འབྱུ་ཁལ་གཅིག་མ་བྱས་  
 པ་དང་། ལྔ་གོང་ས་ཆེན་པོ་ཞལ་མ་བཞུགས་པའི་སྐབས་  
 གུང་གཏོང་ཡོང་འདུམ་མིན་ཡོང་ཚུལ་སྒྲེ་ངག་འདོན་ཡང་།  
 སྐབས་དེར་སྐབས་མཆོག་གི་མཛེད་སྒྲེ་ཆེ་ལྷ། ལྷ་བྱར་  
 འཕར་རིམ་གཏོས་ཆེ་བསྐྱབ་དགོས་གྱི་གསུང་བཀའ།  
 གདན་ས་མ་བྱའི་ཆོས་ཆོགས་གཏོང་སྒྲོ། གཙུག་ལག་རྟེན་  
 བརྟེན་པ་གསར་བཞེངས་སོགས་གྱི་ཕྱི་གཏོང་ར་ཅང་ཆེ་



རུང་བུ་ལེན་སྐར་ལི་ཙམ་མ་གཡེས། འགྲོ་བྲོན་འབྲུ་ཁལ་  
 རྟོང་ཕྱག་མང་པོ་བསྐྱེད་དགོས་ལྷོས་ཕྱིད་ཡོང་མུས་དེད་  
 སྐབས་འབྲུ་ཁལ་བརྒྱ་ལྷག་གྱིད་ཇུས་བསྐྱེད་བ་མེད། སྒྲེར་  
 གྱི་ཞོར་སྐྱོང་ཐབ་བཏེན་ལྷ་སྐྱུང་ཡུལ་འབྲོག་གི་འབབ་ཡོང་  
 ཐམས་ཅད་ནམ་དགར་རིམ་གྱི་ཁོ་ནའི་ཐེབས་སུ་བཏང་ན་  
 གཞན་ཅི་སྒྲོས་མི་མངོན་གཞུང་ཇུས་སྒྲོག་ཟས་བསམ་  
 བཞིན་བ་མ་ཕྱིང་། བྲིམས་ཉེས་ཙམ་མ་བད་ཞུ་ཏེན་བྱུང་བ་  
 ཚང་མ་གཅིག་ནས་གཉིས་སུ་ཐོ་བཞེད་ཕྱིས་འབྲུལ་གཙང་  
 འཛིན་ཁམས་དངས་ཞུས། མཛོད་པའི་གསེལ་ཆས་ལོ་  
 འཁོར་འབྲུར་སྒྲིལ་རུའི་ཁལ་ཆིག་སྐྱོང་ལྷག་པའི་དེབ་  
 གསལ་གཏོང་སྒྲོ་ནར་གཏོང་ལྷག་འབྲོལ་བྱུང་སྐར་ལམ་  
 ཕྱི་འཁོར་གསེལ་ཐབ་པ་བརྒྱད་གྱི་བ་འབབ་ཏུ་སྐྱུང་པར་  
 རང་འཇགས་ལས་གསར་སྒྲོས་སྒྲེར་ལེན་འདོད་ཇམ་མུག་



སྒྲེ་མ་སྒྲེ་མ་པ་བཅས། སྒྲེན་བྱུང་དམ་པ་ཕལ་ཆེ་དག་དང་།  
 ལྷགས་མཐུན་རྗེ་དཔོན་གཞན་གྱི་ཆོད་ལ་འདི་དག་བྱས་  
 རྗེས་དེ་སོར་དེམ་འོས་མ་ཆེ་རུང་། དེ་ཚུན་གྱི་མཛོད་རབས་  
 གསུམ་ལས་བྱུང་ཆོས་ནམ་པ་དགས་བྱུང་པར་འཕགས་  
 དེས་ཡོད་སྟུང་དེད་དྲག་དེའི་བོང་བ་གསེར་གཟིགས་  
 གནང་མཁན་དཔོན་འབངས་ཆོའི་ཐུགས་དགོངས་  
 འགོངས་ཆགས། མགོ་ཟླའི་ཆོས་༡༥འཆར་ཅན་གམ་  
 བཅར་གྲ་ཆང་འཆི་མེད་རྟག་བརྟན་ཕྱོགས་ལས་ནམ་རྒྱལ་  
 སུམ་ལྡན་འདུས་པའི་ཆོགས་གྱིས་རྗེ་བཙུན་སྒྲོལ་དཀར་ཆོ་  
 སྒྲེན་ཡོད་བཞིན་འཁོར་ལོའི་ཆོ་ཆོག་ཉིན་ཞག་བདུན་རིང་  
 སྐྱབ་གནང་སྒྲོ་ནས་གོང་ས་སྤེད་ཞེའི་ནམ་འདྲན་ཆེན་པོ་  
 མཆོག་སྐྱ་ཆོ་བསྐྱལ་པ་བློ་ཕྱག་ཏུ་བརྟན་གསོལ་བརྟན་  
 བཞུགས་ཤུལ་བའི་ཞབས་ཕྱིར་བཅར་བས་ཐ་མར་དགོ་



བའི་སྒྲིན་གསེལ་འཁོམ་བཞེད་གྱིས་མཇུག་བརྒྱན། ཕྱི་ཉིན་  
 སྒྱི་མཛོད་བཞེ་ལེན་གནང་བའི་མཛོད་སྒྲིར་བཅད། ཉེན་  
 གསུམ་དང་ལས་ཐམ་ཕྱིས་འབྲུལ་སོགས་སྒྲར་སྒྲོལ་  
 བཞིན་ཐོག་གནང་མགྱོན་དར་ནང་མཛོད། ཏུ་གོས་མཚོན་  
 གྱོན་ཆས་ཆ་ཚང་གསེལ་སྒྲུལ་ནང་ལས་ཁག་བགོས་ཆོ་  
 གཅིག་གིས་ངེས་སྒྲོད་སར་བདེ་བར་བསྒྱུལ། ཆོས་  
 ག་འབཀའ་དགོངས་སྒྲུ་མདུན་ནས་དུང་ཆེའི་ལག་བྱེར་  
 བཞེད་ཆོག་རང་འདོད་འཆར་ཤུལ་ལྟར་གནང་། སྒྱི་མཛོད་  
 དབུས་ཕྱི་ནང་ལས་ཚན་པལ་ཆེས་དགེ་མཚན་ཉེན་འབྱུང་  
 ལེགས་དར་དང་བྱི་སྒྲིས་ཆར་དུ་བསྒྲེལ། འབྲམ་ཐོག་སྒྱི་  
 མཛོད་ངག་དབང་རྒྱལ་མཚན་ལས་འབྱུར་དགོངས་བྱོལ་  
 སྒྲུབས་རང་མེས་བརྒྱ་འབྲུལ་འདེགས་གནང་ཅོམ་ལས།  
 མཛོད་པས་ཐོན་ཕྱག་བརྒྱ་འབྲུལ་ཞུ་དགོས་ཡིག་ལམ་མ་



གསལ་ཞིང་། མགོན་པོ་གསལ་ནས་ཉིད་ལྷག་པར་མཛོད་  
 འཛོན་ལོ་གྲངས་རྒྱུ་བས་བརྒྱ་ལྷུ་ལ་དགོས་ཚོགས་ཆེ་  
 མིན་གསུངས་ཀྱང་ཡུལ་བྱང་པར་ཅན་ལ་དད་ལྷུ་ལ་  
 དཀོར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཆེད་དུ་བསམ་བརྒྱ་ལྷུ་ལ་ཞུ་བྱེད་པར་  
 ཅན་ཞིག་ཕྱི་མ་སྒྲིག་དང་། ཆོས་་་་མ་ཉི་བུམ་དབང་།  
 དེམ་པར་ཆོགས་ཆེན་གྱི་འཆམ་པེ་སྒྲོན་འགྲོ་དངོས་གཞིར་  
 བོང་ས་མཆོག་དོར་སྒྲིབ་ཏུ་གར་དགའི་ཉམས་གྱིས་ཕྱོན་  
 པའི་སྒྲོས་སྒྲུར་བྱེད། དེ་ཞིག་དུང་ཇ་དང་ཡིག་ཚང་དུ་  
 བཅར་ཞིང་དུང་ཆེའི་བྱེད་སྒྲོ་ལག་བྱེད་ནང་གསལ། ཕྱི་  
 འོད་ནས་ཡུལ་བོང་མར་སྒྲོན་ཞུ་དང་བྱི་རྒྱར་གནས་  
 འཕྱིན། ག་ཉམ་འོག་གི་བཀོད་རྒྱ། དཔྱད་མཆོམས་དང་  
 མགོ་འཆར་སོགས་མདོར་ན་ཕྱི་འོད་དམ་འབེབས་དགོས་  
 དེགས་ཚང་མར་ཉི་ག་ཞིབ་ལག་རྒྱས་བྱེད་པ་དགོས་



ལྷགས་བཞིན་མང་བར་འགན་ལུར་དང་། ལྷག་པར་  
 དགུང་གསར་འཁོས་ཇེས་གནས་སྤེལ། ཟླ་ཕྱག་བཀའ་  
 དགོངས་ལུ་རི་དྲུང་ཡིག་སྒྲོ་བཟང་ཕུན་ཚོགས་དང་ར་ཞིག་  
 གཉེར་པ་བསྟན་འཛིན་དབང་གྲགས་སེ་སེར་ལྡེ་འཆང་།  
 གདན་གཉེར་མེ་སྒྲུལ་མཚན་འཁོས་རབ་ལ་མགོན་  
 ལས་བྱ་སོགས་དཔོན་བསྟོས་མང་ཅོམ་གནང་སང་བའི་  
 བསྟོ་འཇུ་འཆར་བེན་སོགས་བཟེས།

གྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོ་དེ་ལྷ་བྱ་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་  
 འདོད་ཁམས་དབང་ཕྱག་མའི་གཟབས་གསོལ་དང་  
 དབྱེས་སྟོན། ལྷ་གསོལ་སོགས་ཀྱི་མཛེད་སྒྲུར་བཅད། ཆོ་  
 འཕྱུལ་ཟླ་བའི་བཅོ་ལྷ་དུས་བཟང་དང་བསྟན་གསེ་སྦྱང་  
 ཟླངས་པ་དང་འབྲེལ་གྱ་ཚང་ཚོགས་ཆེན་དགེ་འདུན་སྦྱང་  
 ཕྱག་བཀའ་བར་བསྟན་བཀའ་ཉིན་འབྱེངས་དང་། ཐེབས་



ཞབས་ལས་ཚན་ནམས་དང་བཅས་པར་དེ་འཕར་སྒྲི་  
 འབྱེད་ཀྱི་མ་དེ། བོད་ས་ཆེན་པོ་མཛོད་ལས་བྱེད་བཅས་  
 ཚོགས་དབྱུར་གདན་ཞུས་མདུན་སར་དང་ཉིད་གྱིས་མཐུལ་  
 བ་འདད་པ་གཟབས་སྒྲིལ་ཞུ་གསེལ་དང་འབྲེལ་རབ་  
 དཀར་ལྷ་གོས་ནང་མཛོད། མཐུལ་ཉིན་གསུམ་དེ་འབྱུལ།  
 ན་བཟའ་ཉིད་སྒྱུད། རྒྱལ་སྤྱི་སྒྲིལ་བདུན། བཟ་འཁོས་ལྗོས་  
 བརྒྱད། སྤང་ཆེན་མཆེ་བ། བསེ་རྒྱུ་རྒྱ། ལའར་ང་ཡན་ཕྱག་  
 ཁང་ནས་བྱེད་ཞུས་དོད་འབྱུལ་དང་། དེ་མིན་སྒྲིལ་མ་ཉིད་  
 གཅིག་གི་སྒྲིལ་གསེར་ཟངས་བྱེད་གཙང་། གསེར་སྤང་གང་།  
 དདུལ་ཀྱི་མ་སྤང་ལྷ་བཅུ་དེའི་བུམ་བཅུ། བཟང་གོས་དང་  
 རས་ཡུགས་ཚོས་ཚོགས། སྒྲིལ་ཕྱག་ལྷེམ་ལྷ། སྒྲིལ་གཟིག་  
 གུང་གཡི་ལྷ་སྤང་སྒྲིལ་ཕྱགས། ང་སྒྲིལ་འབྲས་དང་འཁོད་  
 ཉིག་མར་ལྷང་། པོ་ཉིན་ལྷན། ཕྱགས་དེ་དང་རས་དཀར་



དུགས་ཀྱིས་མཐའ་བརྒྱན་པའི་བརྒྱ་ལྷལ་མཛོད་པའི་བ་  
 འབབ་དངོས་མཛོད་དང་། མ་ཚོར་ཁ་ཟེས་ལག་ཐིམ་  
 འཕར་བཅས་རི་སྟམ་སེམས་པའི་མཛོད་སྒྱིན་བཏེགས།  
 མཛོད་ལས་ཐོག་ནས་སྟབས་མཚུངས་དར་བྱག་འཁོར་རེའི་  
 སྒྱུ་འགྱེད་གནང་། མཛོད་པའི་གྱོན་དོད་ཀྱི་དངུལ་རྩི་ཚོད་  
 བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་ཁི་འབབ་རང་བདག་གི་མ་ཙུ་རྩི་ལག་  
 བརྒྱད་དགོས་པ་དེ་བཞིན་ཚོད་འཁོས་ཐབས་བསྐྱེད་མ་  
 འཁོས་ཁར་བཞི་ལྟ་འགྱེད་སྒྱེད་གཏོང་བྱས་པའང་འབར་  
 སྒྲུང་དངོས་གྲུབ་ཆོ་བརྟན་གཙོས་པས་སྒྱེད་ཁ་ལྟ་ཅི། ཙུ་  
 ཆག་གཏོང་དགོས་བྱུག་པ་མང་བས་ཁི་ཡན་ཚོད་ཙུས་  
 ལྟར་མ་བྱུང་བྱུང་མཛོད་མདུན་ཉིན་གཅིག་ལ་གཙང་བཅུས་  
 ཞུས་སོ། ། དཔལ་ལྷན་བླ་མའི་དམ་ལ་འགོངས་འཆོར་  
 ཞིང་། ། བའཁོས་གཉིན་གནད་འབེབས་ཐབས་ལ་ཞི་



རབས་མེད། ། བཙན་པོ་བརྟན་པའི་སྟོབས་ལ་ཡི་མུག་  
 དས། ། པོ་ཆོད་རྒྱལ་དར་སྒྲིང་ལ་དཔའ་ཞུམ་ཡང་། ། རབ་  
 བསྐྱོང་ཡིན་ལྟོམས་འདུལ་སྒྲིང་ཚབ་རྩེ་གྱིས། ། འཕྲང་ལ་  
 གཙུར་དང་གཙུར་ཉིའི་ཉིན་སྒྱེབ་ཏུ། ། གཏམ་དོན་བུམ་པ་  
 བརྒྱ་སྒྲིམ་བང་མཛོད་བཙུད། ། འབབ་རྒྱུ་དོར་བའི་གཏོང་  
 བོད་དེ་མི་ལྟན། ། རྒྱན་པོ་འབྱེད་པའི་གདུང་པམ་བསལ་  
 བའི་སྦྱང། ། མཐར་ཆག་བྲེ་ཏ་ཀ་ཡི་བས་སྟལ་ལས། །  
 ཡོངས་འཕྲིས་ཡོལ་གོ་འགོངས་པའི་ནག་པོ་བཙུགས། །  
 རང་སྒྲིང་གཞན་ལ་ལྟུང་པའི་སྒྲིང་ཁམ་སྒྲིང་། ། མི་ཆེན་  
 བཙན་པོའི་གདོང་གི་ཉིན་བྱེད་འོད། ། བཟོད་བྲལ་མར་སར་  
 དང་མཚུངས་ངོ་འཇུག་གྱིས། ། མཆོད་སྒྲིན་གང་དུའང་  
 ཉོགས་དཀའ་དངོས་ནོར་ཆོགས། ། བྲི་སྒྲིང་བརྒྱ་ཁལ་རྒྱ་  
 འཇོའི་ངོ་བཟང་ཞན། བྲལ་འཕར་ཡུར་བརྒྱ་ཆད་མེད་



འདྲིན་བཞིན་དུ། ། སེག་པ་གཏན་བྲལ་སྒྲ་གཞུང་རྫིང་བུའི་  
 མཐེལ། ། ཡུང་སྤྱིའི་གདོན་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་སྤྲོང་མདུང་  
 གིས། ། མ་བརྟེལ་རྟ་རྒྱན་ཕྱ་མོའི་ཞིང་ས་བྱབ། ། མ་  
 བཙུགས་སྤྲོན་གྱི་ལན་ཆགས་དུག་གི་སྤྲོང་། ། མ་བཅད་  
 ཉིན་བཞིན་ཆེས་འཕེལ་མི་སྐྱུག་འབྲས། ། ཐབས་གཞན་  
 ཅིས་གྲུང་འགོག་པ་བྲལ་བའི་བགེགས། ། འབད་བརྩོན་  
 ཆེན་པོས་ཙུ་བ་དུང་ནས་ཡུངས། ། ཉིན་བཞིན་ལྷབ་སྦྱིད་  
 སྦྱིད་ལ་སྦྱིད་འབྱར་བ། ། གསེན་ག་ཉིན་རེ་ལྡོས་ལྡོས་  
 དངོས་མ་སྒྲངས་མཐར། ། རོར་སྦྱིན་འཕྲོས་ལྷས་ལྷས་ནས་  
 གཙོད་དགོས་པའི། ། ལུ་བྲིམས་ཨོ་དེ་དེ་ཡིས་དངངས་པ་  
 སྦྱིད། ། དབང་སྟོབས་གཟེ་བྱེན་འབྱེར་པའི་རྫེས་འགོ་  
 ཡང་། ། ཉམ་ཐག་བཞེས་རྩལ་མཐོང་ལ་བྱམས་བརྩེའི་ཆར།  
 ། འཇམ་པོས་རང་འདོད་ཁོག་བཙུག་གཏུང་བཅིལ་ཏེ། །



འབབ་ངེས་ཁྲལ་ཆེན་ཡངས་ཆའི་དགའ་སྟོན་བཀྲེས། །  
 བཅོམ་བརྟུགས་བཞེལ་སྦྱང་མི་དགེས་ངན་འགྲོ་ཡི། །  
 གཡང་ཁར་འབྱོར་བའི་ཉེས་འགན་བཟོད་བྲལ་དང་། བྱི །  
 'ནན་རུས་བཟུང་བླ་འབངས་བསྐྱེད་བསམ། ། རྒྱལ་པོའི་  
 སྤྱིད་གྲུང་མཆིལ་མའི་ཐལ་བར་བྱས། ། འོན་གྲུང་བླ་མའི་  
 བྱང་དུ་སྟོན་པ་ཡི། ཆགས་སྒྲུང་བྱིམ་ཆེན་འདྲེགས་ཐག་མ་  
 བྲལ་བས། ། བྱི་ལུན་གཅིག་ལས་གྲོལ་ཡང་གཉིས་པ་རུ། །  
 སྤྱིག་སྤྱིག་འཆིང་བས་བཅིངས་པ་ལས་ངན་འབྲས། ། ཡི་  
 གའི་བྱོན་པ་དང་མཚུངས་ཡི་གེ་པར། ། མི་མཚུངས་བྱོད་  
 གཅིག་དྲག་རེ་ཞེས། ། སྤྱིག་འཇོན་དབང་པོར་བསྐྱབས་  
 པའི་ཅོད་པན་རྒྱ། ། བོང་བར་གསེར་དུ་གཟིགས་བཀའ་  
 བཅུག་ཏུ་བཅིངས། ། དེམ་གྲོའི་འཕྱོར་འཕྱང་གང་དེགས་  
 བསྟེན་འཕྲལ་འཕྲལ་ཡུན་པན་བདེའི་བདེ་སྟེར་མཁས། །



མཁའ་སྒྲུབ་བཤེས་གཉིན་ཞབས་གྱི་རྒྱལ་མཆོ་མཆོ་བྱང་  
 གིས་བྱང་བསྟེན་འོས་ཆོས། ། ཆོས་སྤྱོད་ངོ་མཚར་འབྲུམ་  
 གྱིས་ཉམས་དགའ་དགའ་སྟོན་པརྟེ་བཞད་པའི་མཆོར། །  
 མཆོར་གནས་གཉིས་སྒྱེས་ལེགས་ཆོགས་སྒྲེལ་ཕྱིར་ཕྱིར་  
 ཞིང་མི་འཁོར་རང་དབང་བྲལ། ། རྒྱལ་ཡུལ་ཡུན་དང་  
 མཚམས་པའི་ལྷག་བསམ་གྱི། ། ཟླ་ཆོས་གསར་པ་དག་  
 ལེགས་སེམ་འོད་ཅན། ། བྱང་ཆོས་དུ་མ་བརྒྱན་པའི་སྒྲལ་  
 བཟང་དེ། ། དཔྱོད་ལྡན་དགྲེས་པའི་བདེ་འབྱུང་རལ་ཅེར་  
 མཛེས། ། དེན་ཆེན་ལྷ་བྱའི་དྲི་ཁྲི་ཅན་ཞབས་ཞབས་པད་  
 གཞལ་འདས་བཀའ་དྲིན་ལུལ། ། ལུལ་བྱང་བསྒྲལ་བརྒྱར་  
 བཞགས་གསེལ་འདེབས་ཏེན་ཏེན་གསུམ་ཞིང་ཁམས་རྒྱ་  
 མཆོའི་ཆོགས། ། ཆོགས་གཉིས་དུས་གསུམ་ནམ་དགའ་  
 མཛོད་ཀུན་ཀུན་བཟང་མཆོད་པའི་སྒྲིན་ལུང་བཟང་། །



བཟང་རྒྱའི་དངོས་འབྱུང་རིན་ཆེན་དཔག་བསམ་བསམ་  
 འདས་འབྲས་བཟང་འདོད་རྒྱུ་འབྱེལ། ། ལྷག་བསམ་  
 བྱིན་འཁོར་ཁྱེད་ལ་སྒྲུང་བ་ལྟན་ཚོགས་གཞན་པན་འབྲས་  
 བཟང་ཁྱུང། ། ལྷ་མེད་རོ་བརྒྱའི་བཅུད་དུ་གཡུང་བ་མཆོག་  
 ག་ཤིན་བཀའ་སློབ་སྒྱུ་དང་བཅས། ། སྐལ་ལྷན་ཡིད་གྱི་མ་  
 རྩོས་ལ་རོལ་འབྲུལ་ཡུན་འདོད་དོན་གཏིང་ཆེན་པོ། ། དག་  
 ལེགས་གསེར་སྒྱུངས་ཁམས་སྒྱ་སྒྲིན་པའི་བཀའ་དྲིན་དྲན་  
 གྱིན་སྒྱ་ལོང་གཡོ། ། མཉེས་ག་ཤིན་བདུད་ཅིའི་རྒྱབས་སྤོང་  
 གིས་བརྒྱན་འཇུག་ཞལ་ལྷ་བ་རྒྱས་པའི་དཔལ། ། དུས་  
 གསུམ་སྒྲོག་གྱུར་གཟུགས་བརྒྱན་ནམ་བུ་པན་འདོམས་  
 བདུད་ཅིའི་བེལ་བེགས་ཅན། ། བྱང་བ་ཙམ་ནས་རྒྱུ་  
 གདུང་ཉམས་ཉེས་མིང་གི་ལྷག་མར་བབྱེད་པའི་སྒྲན། །  
 དཔལ་མཆོག་ཁྱེད་དྲན་སྒྲོ་གདུང་དང་གསུམ་ཡིད་གྱི་ཚུ་



གཏེར་ཆལ་ཆེལ་འཕྱར། ། ཐབས་མཆོག་ཡིད་མཆོད་རྫོང་  
 གདངས་སུ་སྒྲན་ཞིང་འཇེབས་པའི་ཚངས་སྒྲས་མ། ། ཟླ་  
 གཞོན་འབྲི་འཁོར་རེལ་ལྷེམ་བཅུད་ལེན་འཆི་མེད་བདུད་  
 ཟླའི་ལན་ཚར་ཅན། ། ཏུས་ཀྱན་འཁོར་ལོ་ནམ་བཞིའི་  
 དབུས་སུ་མི་བརྗེད་ཡང་ཡང་སྒྲུང་དེ་བས། ། མི་ཟད་  
 དབྱངས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་དེའང་གསར་པའི་མངོས་པར་  
 དེད་སྒྱུར་མཛོད། ། ཆོ་འཕྲུལ་ཟླ་བའི་ཆོས་ཀྱི་འཁྱེད་ཏུ་  
 དཀྱུས་དང་ཕྱི་མགོན། ལས་ཚན་པ་སོགས་རིམ་བརྒྱད་མ་  
 དགོས་པར་སྒྱུན་བསལ་རིམ་བཞི་མཁན་སྡེ་རྒྱུ་ཁའི་གོ་  
 མིང་གསོལ་རས་སོང་བས་གསར་མངལ་འཕྲུལ་ཞུ་  
 དགོས་པའི་བཀའ་འགྲེལ་གི་མགོ་མཆན་དང་། སྒྲུག་དམ་  
 བཀའ་རྒྱ་རིན་པོ་ཆའི་ཅོད་པན་བརྗེད་པོས་སྒྱུ་བོ་ནས་  
 མནན་པར་སྒྲུབས་དེར་རྫོང་པའི་མཆོག་ཅིག་ལེགས་པར་



རྟེན་པ་ལྟར་དགའ་ཆོར་ཆེན་པོ་བྱུང་ཡང་དོན་སྟོང་སྒྱུར་  
 གོག་གི་སྟོང་གསེར་ལེབ་བཞག་པ་ལྟར་སྟོང་ངན་གྱི་ལྗོངས་  
 ནས་ལྡང་མི་བྱུང་པར་གྱུར། གསལ་མཇལ་ཞུ་བར་ལྟ་སར་  
 བཅར་མི་དགོས་པར་སྟོན་ཐོག་ནས་འབྲུལ་འབྲས་ཡོང་  
 བའི་སྟོན་ཞུ་ཤུལ། བཀའ་ལན་སྒྲུག་སྟོང་རིང་དབྱར་སེང་  
 རང་དགོན་གདོང་གོང་དུ་ལོག ཟབ་རྒྱས་དམ་པའི་ཆོས་  
 ཚུལ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ལས་རང་གི་སྒྲུལ་བཟང་བགོ་སྒྲུལ་ཐོབ་  
 པ་རྒྱ་ཐིགས་ཅོམ་དུ་ཟད་པ་རྒྱ་ཆེའི་འབྲི་བྱ་དཔེན་ཁར།  
 རང་གིས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པ་དང་། གཞན་ལ་འཆད་སྤེལ་  
 གྱི་དགོས་ནུས་ཕྱ་བས་འབྲི་ཕྱི་ལོ་དོན་མེད་ལྟར་རུང་། ཟླ་མ་  
 གོང་མ་དག་གི་མཇོང་པར་བྱ་མིག་ཡར་ལྟ་ཡིན་ཁུལ་  
 སྟོང་ཞོར་ཐོབ་ཡིག་ཅིག་དང་། སྟོམ་གསུམ་ལྡན་པས་ཉིན་  
 ཞག་ཕུགས་གཅིག་ལ་ཉམས་ལེན་ངེ་ལྟར་བའི་ཚུལ་



ཁག་ལྟ་ཅམ་ལས་མེད་མི་རུང་བ་རིགས་བརྟམ་པ། གསོ་  
 རིག་ཅུ་བ་འད་ཕྱི་མ་རྒྱུད་གསུམ་གྱི་བརྒྱམས་དོན་ནམས་  
 བཅུམས། ཟླ་ནང་ཁི་རྒྱུད་གཞུང་མེགས་སུ་འཤེ་ཁག་ལ་  
 རྟོད་སྒྲིག་བཅོན་བསྐྱེད་སྤང་སྒྲོངས་རི་སུལ་དུ་འབྱམས་  
 ཉལ་བཀྱིས། རྟོན་དུ་ཁང་པ་གསར་རྒྱགས་སྐབས་མཆོད་  
 རྟོན་སུམ་བཅས་ཡོད་སར་ཐོག་ཕུབ་བཀྱར་བསྐྱེད་ལས་འོ་  
 བརྒྱལ་ཞུ་བྱུང་མེན་རུང་། འདོད་ལྟའི་འཕུལ་ལམ་གྱང་  
 འབྱེད་ཞིག་ལ་བརྟེན་པའི་མཆོད་རྟོན་ཆ་འགས་སྒྲིན་གྱུར་  
 དང་། སུམ་མང་དག་འུལ་མིས་བཞེས་བཅོམ་མ་གྱུར་ཏམ།  
 དེ་ལྟར་ན་ཉེ་བའི་མཆོམས་མེད་གང་མེན་སྟམ། རྣམ་ཀུན་  
 འབྱོད་གདུང་ཆེ་བའི་ཉམས་གསོར་ཨེ་ཨྱི་སྤང་དུ་དྲི་མེད་  
 མཆོད་རྟོན་བཅུགས་འདུན་ཕྱི་སྟོད་སྤར་ནས་སྟེ་གོན་བྱས་  
 ཟེན་དང་། དེར་དྲི་མེད་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་སྟོག་འཤིང་འཇུགས་



ཆོག་གྲུབ་ན་དེའི་གྲིབ་མ་དང་རྒྱུ་རྗེས་ཕྱི་ག་པའི་འགྲོ་བ་  
 མཐའ་དག་ངན་སེང་དུ་མི་འགྲོ་བར་བཀའ་དང་པའི་ཕན་ཡོན་  
 ལ་བསམ་པ་རང་ནས་ད་སྟོན་དབང་ལུང་ལས་བསྟེན་པ་མ་  
 སེང་ག་ཤིས་མདེ་ཐི་བླ་མ་དགོ་འདུན་ཡུན་ཆོག་ས་ལ་ཆེད་  
 གཏང་བསྟེན་པ་བཞུགས་བཅུག་མཆེད་ཏེན་གསར་  
 བཞེངས། རང་གཞུག་ཏེན་འབྲེལ་སྟོང་པེ་ཅན་སུ་བྱ་བྱ་ཅ་  
 བྱུང་དང་། དག་བཅུ་ཅ་དག་སོགས་གཞུང་བཀའ་ལྟར།  
 ཟླ་༧་ཆོས་༡༥་ལ་བཏབ་སྟེ་སྟོང་ཆེད་པའི་ཡིག་ཆ་ལྟར་ཆོ་  
 ག་ཆེད་ལྟན་བཞུགས་འབྲེལ། གཏེར་པར་རྟེན་སེལ་བུ་ཡོན་  
 ཐོག་སུ་བྱ་བྱ་ཅ་བ་གཅིག་འདེབས་དགོས་དང་། ཟླ་གྲུ་བཅུར་  
 ཟླ་མཆེད་ཆོག་ས་འབྲུམ་དང་བཀའ་འགྱུར་ཆེར་མང་འདོན་  
 ཡོན་སེང་། གསར་མངལ་སྟན་ཐོག་ནས་འབྲུས་མིས་  
 བཀའ་ལན་མ་ཕེབས་ག་ཤིས་དུང་ཡེ་ཤིས་རྒྱལ་མཆོན་



ཆེད་མངགས་འཕྲལ་བཅར་དགོས་ལྷགས་བཏེན་དགུན་  
 ཆོས་དབྱེན་འདུམ་སྒྲེབས་འཕྲལ་གསར་མངལ་ཞུ་བར་ལྷ་  
 སར་འཕྲལ་འབྱོར་དགོས་བཀའ་ཕེབས། འོན་ཀྱང་མགོ་  
 ཟུའི་ཆོས་༡༧ སྒྲོར་སྒྲུབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་  
 དགོངས་པ་ཞིང་གཞན་གཟིགས་པའི་གཏམ་ངན་ཐོས།  
 དགུང་ཞག་རིང་སྒྲོ་བ་ལས་དང་བློ་གར་སྒྲུ་གཞས་རེལ་ཆ་  
 སོགས་མི་ཆོག་པའི་སྒྲོ་ཡིག་དང་སྒྲ་བྲང་ནས་དགོངས་  
 རྒྱུགས་ནམ་དཀར་གང་མཆོམས་གནང་བའི་སྒྲུབས་ཐོ་  
 སོགས་བཟོས། འབྲས་འབྲས་དང་ཕྱི་དྲུང་ལས་ཚན་པ་  
 གཉིས་དགོངས་རྒྱུགས་འབྲལ་བར་སྒྲེབས། མཛོད་ཟུར་གྱི་  
 ཐབ་ཏེན་ཞོར་སྒྲིང་ལའོར་འབྲོག་ལྷ་བའི་འགོ་རྒྱུས་ཆེ་བ་རེ་  
 གནང་སྒྲེལ་ཡང་། དེད་ལ་བསྒྲུས་རུ་ལས་མ་བྱུང་བ་དོན་  
 འདྲར་སེམས་ཁ་གང་མིན་ཞུ་གསོལ་བཞིན་ངན་བསྒྲོན་དུ་



[illegible]

སྒྱི་ལོ་༡༥༥་རང་ལོ་སོ་བདུན་འདི་བྱི་གནམ་  
 ལོ་གསར་བཞད་འཆར་ཅན་འདོད་ཁམས་དབང་བསྐྱར་  
 མར་ཆོས་གཏོར་མངའ་གསོལ་དང་འབྲེལ་ལོ་གསར་  
 དགའ་སྟོན་ཉིན་ཉིན་ཉམས་ཐོག་འཆར་ཅན་རྒྱལ་བཀའ་ཚར་  
 གཉིས་དག་སྟོག་ཆོགས་ཡར་མར་དུ་དུ་ཡོན་རེ། ལུ་ལོན་  
 ཅན་ཁག་ཏུ་སར་ལྟོ་འབུམ་ཐེད། བརྒྱད་སྟོང་ཚར་སྐུམ་བརྒྱ།  
 གཙུག་ཏོར་གདུགས་དཀར་བྱི་བཅས་བཅད་འཛིན་སྟེར་  
 ཞིང་ཐོན་ཆས་བྱས། མདོ་སྒྱི་བཀྲས་མཐོང་སར་ཞུས་འབྲེལ་



ཏྲ་ཏྲ་ཁལ་བཅུ་ལྔ་ལམ་སེན་སྒྲིན། ས་ག་ཟླ་བའི་ཆེས་  
 ཡ་ཉིན་གདོང་གོང་ནས་ཐོན་ཆ་བ་སྒྲང་བརྒྱད་ཆེས་  
 ༡༠སྒྲོན་མར་དམར་རིལ་དུ་སྒྲེབས་ཆེས་༡༠བྱས། ཟླ་བ་ལྔ་  
 བའི་ཆེས་༡ ཡ་ཉིན་མལ་གྲོ་ནས་དགའ་འཁར་ཉལ་རེར་  
 ཆོས་ཇའི་བསྐྱེན་བཀུར་ལྟུལ་བ་དང་ག་སྒྲིག་པ་མངགས།  
 ཆེས་༡༧ཉིན་འཁར་ཁར་མི་འགོ། ཡུར་ལྔ། བྲག་གཡལ་  
 སྒྲིད་ལྟུག་སེགས་གྲི་བསྐྱ་བ་བཅས་ལྔ་ལྔ་དུ་སྒྲེབས།  
 ཡོ་གོང་ས་ཆེན་པོ་ཞིང་དབྱེངས་གཟིགས་མཆོམས་བྲེལ་  
 ཟེང་ཆེ་ཙམ་བྱུང་ཆོད་བྱུང་སྒྲིད་སྒྲིང་ར་སྒྲིང་ཏི་ཐོག་བྱ་  
 མཆོག་སྒྲིད་སྒྲིང་བྲིར་བཞེངས་འཕྱིན་ལས་དུས་བབ་ལྔ་  
 བྱས་ཆར་གཅོད་རྗེས་འཛིན་བྱལ་སྒྲེ་བདེ་འཇགས་བྱུང་  
 འཕྲལ་གྲི་སྒྲེབས་དུས་ལེགས་ལ། དུང་ཆེ་ཆེ་རུ་རུ་སྒྲ་མའི་  
 འཁལ་མི་ཕྱི་བསྐྱབ་ཡུག་པ་ཕྱིར་ནས་འབར་ནང་སྒྲོ་མཁྱེན་



གྱིས་གནས་གཡར་སྤོང་ཁང་ཡང་སྟོ། ཕྱིར་ནང་ཆོས་  
 མངལ་སྟན་དར་གསེར་གོང་མཆོད་འབུལ་དང་། དེམ་  
 གྱིས་ས་བྱིས་གཙོས་པའི་སྐྱུ་དྲག་ཁག བྱང་པར་དུ་ཆོས་  
 ༡༥ ཉིན། ཡབ་གཞིས་སྤོང་སྟོན། སྐྱུ་བཅར་སྟེ་མཁན།  
 ཆོས་ ༡༤ གྲུ་གཟུང་དབང་སྐར་དགེ་བར་སྐྱབས་མགོན་  
 རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་སྤོང་སྟོང་དུ་སྤོང་མཆོག་གི་མདུན་དུ་  
 བཅར། གོས་ཁའི་གདན་བཟོས་དང་མདུན་ང་བཞེས་  
 འབྲས་ཐོག་གསུང་སྟོང་ནང་ལྷགས་སུ་སྐྱུལ། ལྟར་བཅས་  
 སྤོང་ཞིའི་གཙུག་རྒྱན་མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་ཞིང་  
 གཟིགས་དེ་ཉིད་ནས་གཞུང་སའི་ཞབས་ཁྲིའས་དུང་  
 དཀྱིས་སོགས་ནས་ཐེམ་པ་དེམ་འཛོགས་ཞུ་མ་དགོས་  
 པར་སྐྱུན་གསལ་མཁན་སྟེ་རྒྱུང་ཁའི་གོ་གནས་སྐྱུལ་བའི་  
 ཞུ་ཐོ་འགོ་མཆན་དེན་པོ་ཆེ་བརྗོད་གསལ་གཙང་བཙན་



དང་། བཀའ་ཁྱུ་རིམ་པའི་དགོངས་དོན་གསར་མཇལ་ཞུ་  
 བཅར་དེ་ལྟར་ཡང་། བསྟན་འགྲོ་བམེད་ནམས་གྱིས་མ་  
 འཕྱུག་གློ་བུར་དགོངས་པ་ཆོས་དབྱེངས་སུ་མནལ་ཞིང་།  
 རྒྱལ་ཚབ་སྤེད་སྤྱོད་རྩ་སྤྱོད་ཏེ་ཐོག་ཕུ་མཆོག་གི་སྒྲུལ་པའི་  
 སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱལ་དབང་ཉིད་དང་ནམ་དབྱེར་མ་མཆོས་པ་  
 ཉིན་མའི་དབང་ཕུག་ནུབ་རིའི་ཕག་ཏུ་ཡིབས་ཇེས་ཆ་  
 འགས་གཏེར་གྱིས་བོད་ལྗོངས་ལྷ་ལམ་མཛོས་པར་བྱས་  
 གུང་ཞུ་ཐོ་མགོ་མཆན་ཐུགས་རྒྱས་མ་མཆོས་པ་དང་།  
 གསར་མཇལ་ཞུ་བར་ལྷ་མཆོད་དུས་ཆེན་ལྷ་བུའི་མཛོད་  
 སྒོར་གཏུགས་དགོས་མིན། ཕྱིའི་རིམ་བཞིའི་གོ་མིང་ཅམ་  
 དུ་སྤྱོད་བ་སོགས་དེ་སྤྲོན་རེ་དོགས་ཀྱན་ཏེ་གོ་སྤྱོད་པའི་  
 སྒྲུག་རུམ་མཐའ་དག་ས་བྱི་ཆེན་པོས་དབུས་པའི་སྒྲུབས་  
 ཡུལ་ཁག་གི་ཐུགས་ཇེའི་ཉིན་བྱེད་འགར་བ་ཅམ་ནས་ཆོས་



ཉིད་ཀྱི་སྒྲིང་ཆེན་པོར་ཆེག་མེད་དུ་དེངས་ཏེ་ཟླ་ལྔ་ཆོས་༡༣  
 ཉིན་གསར་མཇལ་ཞུ་བའི་སྒྲིང་དོད། མཁོ་ཆས་རིགས་  
 འཛོལ་སྒྲིག་དང་། ཆོས་ལྔ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར་བའི་དུས་  
 ཆེན་ཉིན་གསེ་སྒྲིང་སྒྲིམ་ལེན་གྱིང་བསྐྱོར་དང་སྒྲིགས།  
 རྒྱལ་ཀུན་རང་གཟུགས་དཔལ་ལྷན་སྒྲ་མ་ངེས་པ་དོན་གྱི་  
 དེ་ཁྲི་འཆང་སྐྱབས་ཁྲི་པ་བོང་ཁ་ལྷ་སྐྱ་དགའ་ཚལ་དུ་  
 བཞུགས་འདིང་བསྐྱབ་བྱ་མང་ཙམ་ལ་དགེ་ཚུལ་སྒྲིང་གི་  
 སྒྲིམ་པ་གནང་སྤེལ་མཛད་བཞིན་འདུག་པའི་ཆོས་  
 མཚམས་སུ་བཅད། བཟང་གོས་ཅོད་ལྷན་ལས་གྲུབ་པའི་  
 དབང་ཁྲིམ་ཁ་གསར་ཨ་རྒྱུ་རིགས་ལྷ་ཅོད་པན་བཅས་  
 པ་ཆ་འགྲིགས་བཅུ། གོས་སེར་སྤེལ། ཉིན་དོད་ཀྱི་སྐྱོར་  
 བདུན་ཅུ་བཅས་ཡུལ་བསྐྱོ་སྐྱོན་བཟང་པོས་རྒྱས་གཏབ་  
 ཅིང་། ཐུགས་ཁྲིམ་བཅུ་གཟུགས་སྐྱར་བཞིན་མཛད། དེ་ཉིན་



དེ་ཇི་འཆང་མཚན་ཞབས་སྟག་ལུང་བྲག་ཁྱི་སྒྱལ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་མདུན་དུ་བཅར་ཞིང་སྤང་བརྒྱ་སྒྲོར་ལས་གྲུབ་པའི་  
 དདུལ་གྱི་སྒྲོས་པོར་དཀྲོས་ལེགས་ཅན་ཡུལ། ཆོས་ལ་ཉིན་  
 འཁོར་འགག་ནས་སྒྲེ་མགོན་ཡུན་རབ་བརྒྱད་ནང་མ་མཁན་  
 སྒྲེ་རྒྱུ་ཁའི་གོ་མིང་གསེལ་རས་སྒྱལ་ལྷགས་དང་བྱེད་  
 སྒྲོའི་སྒྲོར་གྱི་བཀའ་བསྒྱུར་ཐེབས་པས་ཕྱི་ཉིན་སྒྱི་ལྷགས་  
 བཀའ་བསྒྱུར་མཇལ་དར་ཡུལ། ཕྱིར་གཞུང་བཟང་དང་  
 འཁོར་དུ་གནངས་བཟང་བཅས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་གཟའ་གཉིས་  
 སྒྲོས་དབང་པོ་རྒྱ་སྒྲོར་མཇོའ་པོའི་ལྷ་དང་ཕྱིན་པ་ཡིད་འོང་  
 ལང་ཆོ་སྒྱུར། འཕྲོད་ཆེན་དཔལ་ཐམས་ཅད་འཕྲོབ་པ་ཡིད།  
 སྒྱུར་བ་དགེ་བ། བྱེད་པ་གདབ་པ། ཉིན་འབྲེལ་ནམ་འཁོས།  
 སྒྲེ་བ་དུག་དཀར་བཅས་འཆར་བ་གཟའ་སྒྲོར་འབྱུང་འཕྲོད་  
 ཡུན་སྐུ་ཆོགས་པའི་ཉིན། དོན་ལ་རྒྱ་འཁོར་ལྷར་སྒྲིང་པོས་



རྟོང་གྲང་སྒྲང་བ་བསྐྱ་བྱིད་བྱི་སོག་ལྟ། སྒྲ་བྱི་ཕེར་འཁྱལ།  
 སྒྲ་ག་སོག་བྱིས་སོགས་རྒྱན་གོས་ཡུན་སྐུམ་ཚོགས་པ་  
 རང་འབྲིགས་གཡོག་གས་བཞི་བསྐྱོག་དགོས་མི་རྗེ་ས་བྲི་  
 གཟིམས་འཁྱལ་ནས་གཏོང་གནང་དང་། བྱེར་ཏོག་དེམ་  
 འཕར་སོགས་བྱིས་སྒྲུམས་བཞིན་པར་ཅུ་འཕགས་པ་ལོ་  
 གེ་འཁྱེར་མདུན་ཚོས་མཇལ་གསེར་གོང་འགོངས་འབྱུལ་  
 དང་འབྲེལ་དུང་ཇའི་སྐབས་གོང་སྐྱུག་སྐྱུ་བེར་བྱིས་བརྗོད་  
 དའི་གསེར་བྲི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། རྒྱལ་ཚབ་སྤྱོད་སྤྱོད་རྩ་སྤྱོད་  
 ཙམ་ཆེ་ཏེ་བྲོག་ལྟ། མི་རྗེ་ཡབ་གཞིས་སྤྱོད་གྲང་ཆེན་པོ་ཀུན་  
 དགའ་དབང་ལྟུག་བཅས་ཅུ་འཁྱེར་དུ་འབྱུལ་ཚན་བཏོག་  
 འབྱུལ། མདུན་གྲལ་གསེལ་ཇ་བཞེས་འབྲས་དཀར་སྤྱོ་  
 ཕེབས་པ་སོགས་ཞིབ་རྒྱས་བྱེད་གཞུང་ཟུར་བཞོད་ལྟར་བྱི་  
 གསར་མཇལ་ལེགས་པར་གྲུབ། དེའི་བྱི་ཉིན་སྤྱོད་དཔོན་



བསམ་གྲུབ་པེ་བྲང་པའི་སྤྲུལ་ཕྱིས་དཔེན་དུ་གནས་འཕར་  
 གསར་མཇལ་གནང་བ་དུས་འདྲེམས་སེར་སྒྱའི་བབས་  
 གྱིས་གསོལ་ཇའི་དུག་སེལ་ངེད་ནས་ཞུས་ཤིང་།  
 བཞུགས་གྲུལ་གྱིས་བསྐྱུན་གསར་མཇལ་ཉིན་གསུམ་སྟེ་  
 བ་མཁན་རབ་འགན་ཁའི་མཁན་ཚུང་འོག་དང་། འཆོར་  
 སྒྲང་ཆེ་བཞིན་པར་མཚན་ཞབས་སྟུག་བྲག་རིན་པེ་ཆའི་  
 གོང་གྲུལ་འཇོན་སྒྲབས་གཟིམས་ཚུང་ནང་དེ་ཉིན་ཆེད་  
 གེབས་ས་ཁྱི། ཚུན་བྱོན་སྒྱེ་མཁན། སྒྱ་སྒྲེར་ཇ་སྟག་གསོལ་  
 གཟིམས་སོགས་མཁན་ཆེ། དྲུང་ཡིག་ཆེན་མོ་ཡན་རེ་རེར་  
 ཕྱག་འབུལ་ཞུ་དགོས་སོགས་རྒྱས་མེད་གསར་བུར་བྱེད་  
 སྒྱའི་ནུམ་གངས་མང་དེ་ཅོམ་ཡང་། མགོན་ཆེ་མ་བཞུགས་  
 ལས་ཚབ་ཕྱི་མགོན་ནས་བྱིས་པར་ག་ཁ་སྒྲོབ་པེ་བཞིན་  
 འགན་འཁྱོའི་རོགས་རམ་དགོས་འདུག་ག་ཤིས་སྟུགས་



ཏྲགས་ཆེ་ཞིང་ལས་ག་མ་འབྲིགས་མ་མངོན་ཅམ་གྱིས་  
 གོལ་འཕྲལ་ར་ས་འཕྲལ་སྒྲ་གཙུག་ལག་ཁང་དང་ར་མོ་  
 ཆེ། ཆེ་དཔག་ལྷ་ཁང་ནམས་སྤྱི་དེ་བསྐྱོད་ཆོས་མཇལ་སྟོན་  
 དར་མཆོད་སྟོན་སྟོས། ཕྱི་ཉིན་དུང་ཇར་ཆག་མེད་འགོ་  
 དགོས་འདུག་པའི་ཐོག བཞི་སྒྲེར་སྒྲིང་སྒྲིང་རྒྱ་སྒྲིང་རིན་པོ་  
 ཆེ་མཆོག་དང་། ཡབ་གཞིས་སྒྲིང་གུང་ཆེན་པོ། ས་བྲི། སྒྱ་  
 བཅར་སྟེ་མཁན། དུང་ཆེ་རམ་ལྷིང་དུང་གསུམ། སྟེ་མགོན་  
 སོགས་སྤྱ་ནང་མའི་བྲགས་རྗེ་ལེགས་འཕྲལ་ལ་བཅར་  
 ཞིང། རྩུང་ཡང་གོང་གསལ་ནམས་དང་སྒྱ་དྲག་ཁ་འགས།  
 བྲག་གཡབ་མི་འགོ། རྒྱ་འབྲས་ཉག་དའི་འབྲས་མི་སོགས་  
 དགའ་ཉི་ཁག་ནས། རྒྱ་པའི་དུས་ན་ཀུན་གྱང་དབྱ་སྟེ་  
 རྟོལ་བའི་ཐོག་མ་གཉིན་ཡིན་ལ། ། འབྱུང་པའི་དུས་ན་ཀུན་  
 གྱང་གཉིན་ཉི་འདུད་པའི་ཐོག་མ་དབྱ་བོས་བྱེད། ། ཅེས་



དཔེ་དོན་ཁེལ་གྱིས་ཁྱི་དར་ལེགས་སྒྱེས་ཆར་དུ་བསྒྲིལ།  
 ཆོས་༡༥དུས་བཟང་ཉིན་ས་ཁྱི། རྒྱུ་ཆེ་ལྷིང་རམ་གཉིས།  
 སྒྲེ་མགོན་ཡུན་རབ། མཁན་རུ་སོགས་ལ་གསེལ་སྟོན་  
 དང་། ཕྱིར་ནང་གཟིམས་ཀྱི་སྒྲུ་མཆོད། ཡུར་ལྷ། བྲག་  
 གཡལ་མི་འགོ་སོགས་ཁྱི་དར་བྱུང་བའི་མི་དྲག་ཁག་ལ་  
 མཆོད་སྒྲུན་གང་དུ་འང་གཏོགས་དཀྱིལ་མི་ཟད་ནམ་  
 མཁའ་མཛོད་ཀྱི་སྒྲེ་འཕར་ཕྱིས། མཆོན་མེར་ཟླ་འཛིན་དང་  
 བསྐྱུན་བརྒྱ་མཆོད་འབུལ། ཆོས་༥༠འབྲས་ཞེ་སྟོན་དུ་  
 གཙང་པ་ཁང་ཆོན་དང་། ཟླ་༥ཆོས་༥ཀུན་བདེ་སྒྲིང་ཟླ་  
 བྲང་ནས་ཆོད་འཕོད། ཆོས་༤ཞེལ་སྒྲེ་པ་ནས་འཆར་ཅན་  
 དེམ་བཞི་ཡན་མགོན་པོས་ནམ་ཐར་ལ་བྲབ་སྟོན་སྒྲུ་ཆོགས་  
 མིག་གི་བདུད་ཅིར་སྒྲིན། འདི་ཉིན་མཁན་རྒྱུ་ཞུ་  
 སོགས་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆོས་བསྐྱུངས་ཀ་འཕོད་མཆོག་



བཙུན་ཁྱེལ་སེམས་གྱི་བུ་ཚུང་སྟོང་དགའི་སྟོང་པ་གཅིག་གིས་  
 ཕྱིན། ལྟོ་སྟོང་ཐོན་པ་ལྟོ་པ་བཟུང་ཆོས་དང་། དེ་ལྟོ་སྟོང་སྟོང་  
 རིམ་བཞི། རྟུང་ལྟོ་པ་བཟུང་ཆོས་སྟོང་སྟོང་། ཁྱེལ་སྟོང་སྟོང་  
 ཁྱེལ་སྟོང་། ཆོས་ལྟོ་ཆོས་ཁྱེལ་པ་བཟུང་སྟོང་སྟོང་མའི་གསལ་  
 མཇུག་གསལ་སྟོང་ཁྱེལ་། ཕྱི་མར་ཁྱེལ་ལྟོ་པ་དང་། མཐོན་  
 སྟོང་ལ་བཟུང་། རྟུང་ཆེ་ཆེ་རུ་ཁྱེལ་པ་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་གསལ་གྱི་  
 གོ་མཇུག་དེ་དམ་ཞུས་པའི་ཕྱི་མར་སྟོང་ཆོས་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་  
 ལྟོ་པ་ཆེ་ཆེས་ལྟོ་པ་གསལ་ཆོས་ཕྱི་མར་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་  
 ཆོས་སྟོང་གསལ་ལ་བཟུང་སྟོང་སྟོང་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་  
 མཐོན་མཐོན་ཞུས་སྟོང་སྟོང་གསལ་གསལ་ཁྱེལ་པ་དམ་ལ་  
 སྟོང་རུ་སྟོང་། ཆོས་ལྟོ་ལྟོ་སྟོང་སྟོང་ལ་ཁྱེལ་གསལ་། རྟུང་  
 མར་ཁྱེལ་བཟུང་བཟུང་གྱི་གསལ་མའི་ཆོས་ཞུས་མཐོན་  
 སྟོང་སྟོང་ལྟོ་པ་ལྟོ་པ་། སྟོང་ཕྱི་མར་སྟོང་མཐོན་གསལ་ཆོས་



མེ་དང་། ཅེ་གཉེར་ཚང་པ་ཅེ་མགོན་གསར་མཇལ་བྱས།  
 སྒར་ལམ་ཁྱི་ལྟལ་དང་མགོན་ལ་ཕྱིན། ཆོས་༡༥ཉིན་  
 མེས་རྒྱལ་ནས་སྐྱབས་མགོན་ཏུ་ལའི་བླ་མ་དགོངས་པ་  
 ཆོས་དབྱེངས་སུ་ཐིམ་རྩྱལ་བསྟན་པར་གདུང་མཆོད་  
 ལྟལ་བ་སོགས་གྱི་དོན་གཅོད་ཉོང་མེ་སུ་ཅན་ནས་ཅེ་  
 ཆོས་ཆེན་དུ་དྲུག་སྟེ་རྒྱས་འཛིམས་སར་གསེར་གྱི་ཉིང་ཁོང་  
 སོགས་དངོས་སྒྲུ་མང་པོ་དང་། བོས་སེར་གྱི་གཞིར་བྲིས་  
 པའི་རྒྱ་ཡིག་གདངས་སྟན་པོས་འདོན་ཞིང་ལྟུང་བརྟུང་  
 དེལ་མེ་སྒྲུ་ཆོགས་དགྲོལ་བ་རྒྱལ་སར་ཐོས་གྱི་ཡོད་སྟེ་  
 དགའ་སྟེ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བའི་མཛོད་སྟེ་གནང་སོང་མཇུག་  
 དུ་སྟེ་ལྟན་མཇལ་དར་ཡུལ། ཅེ་དུང་དབྱར་སྟེ་ཅེས་ཉིན་  
 བདུན་ཐུགས་སྟེ་རྩྱགས་སར་ཕྱིན་ཅིང་སྟེ་གནས་འཁོར་ཏེ་  
 སྒྲུ་ཆོགས་གྱི་དཔའ་ལ་ལྟུ་བ་དང་། ཁ་བས་སྒྲུ་ཆོགས་



བཟང་རྒྱལ། ཕྱིད་སྒྲ་མང་བ་སེགས་དེ་བོ་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་  
 རང་བཞིན་ལས་མ་འདས་བཞིན་མཛོལ་ཅན་ཆ་ལ་ཕྱགས་  
 འདྲའི་འཕྲལ་བདེ་སྤྱོད་། ལེགས་ལྡན་ལགས་ཅེ་མགོན་  
 དང་། བདེ་སྤྱོད་པ་ཆེབས་ཆེ་གསར་མཇལ་བྱས། ཆོས་  
 ༡༡ཉིན་རྒྱ་གཞུང་མི་སྒྲས་གཞུང་མཆོད་ཆེན་མའི་མཛོད་  
 ཆེན་མཇལ་ཁ་དང་། དེམ་པར་བཀྲས་ཁང་དུ་བཀའ་  
 འགག་ཕྱགས་སྒྲོ། འཕྲལ་བདེ་སྤྱོད་ཁར་འཕྲལ་བདེ་ལས་  
 ཁུངས། ཡིག་ཚང་སྤྱོད་ཁར་ཡིག་ཚང་ནས་དེམ་བཞི་ཡན་  
 འཁོད་མགོན་ལ་ཕྱིན། རྒྱ་དཔོན་ནས་ནང་མ་ལས་ཚན་  
 དེགས་ལ་སེ་སའི་སྒྲར་འགག་ཏུ་མཆོམས་འདྲིར་ཆེད་  
 གེབས་ཆུ་ཆོད་འཁོར་ལེ་རེ་སྒྲར་གནང་མཛོད་སེང་བཞིན་  
 དེད་ཅུར་ཡང་ཆེད་གེབས་ཕྱག་རྟགས་ལག་གྱོན་ཆུ་ཆོད་  
 འཁོར་ལེ་སྒྲས་ལྡན་གནང་བར་ཕྱིར་ཡང་མཇལ་དར།



གཡི་ལྷགས། ཡུག་སེར་བྱ་འཁར་བཅས་ཡུལ། ཟླ་ཆོས་  
 ལྷ་གཞུང་དོན་གཅོད་པས་མི་རིགས་ལྷ་འདོད་པ་ཆེག་  
 སྒྲིལ་དགོས་ལུགས་གསུང་སྒྲོང་སྒྲོར་ཅེ་ཆོས་ཆེན་དུ་ཇ་  
 ཐལ་དབུ་བཞུགས་(འདི་སེགས་སྒྲུབས་དེའི་གུས་ཆེག་  
 སེར་བཞག)དུང་ཅེས་ནམས་དང་སྒྲིང་ཁག་གི་སྒྲུ་ཚབ།  
 གདན་སའི་སྒྲོབ་དཔོན་པ། དུང་སྒྲི་བཅས་གྱེ་ཆོགས་འདྲ་  
 ཆེན་མེ་ཟེར་རྒྱ་དེ་ཚུགས་སེང་ཞིང་། ལྷིང་ཁ་དུང་ཆོས་  
 དགོས་དོན་སྒྲིང་བསྒྲུང་འབྲེལ། དབུས་མདའ་བྱུང་རམ། ཟླ་  
 སྒྲིང་སྒྲོབ་དཔོན་སེགས་ནས་དེ་འདྲ་མི་འགབ་ལུགས་  
 གཏམ་སྒྲིང་བྱས་སེང་བས་ཡང་སྒྲིང་དུང་ཅེས་གཉིས་གྱེས་  
 ཆེག་སྒྲིལ་མི་ཡོང་ཞེས་པའི་ཆོད་དོན་ཞིག་བཟོས་ཏེ་  
 བསྒྲུགས་མཚམས་དགའ་ལྡན་ཁྲི་པ་བྱམས་པ་ཆོས་  
 གུགས་གྱེ་ཏུགས། ཞེས་གསེལ་དཔོན་ནས་ཡུག་ཐམ་བྱེར་



འདུག་པ་རྒྱགས་རྒྱང་དང་། དེ་བཞིན་ནང་མ་ལས་ཚན།  
 གླིང་ཁག་སེགས་མིང་རྟགས་བསྐྱགས་འཕྲལ་ཐིལ་ཅེ་  
 རྒྱགས་པ་བྱས་སོང་། འདི་སྒྲོར་རྒྱ་མ་བར་ཅེ་ཕྱག་དང་།  
 ཟླ་འཛེས་དེ་ཉིན་གླིང་ཁ་མཁན་དུང་ཆེན་མོར་ཏུ་བླ་མའི་  
 གོ་གནས་སྐྱལ། ཕྱི་མར་ཁྱི་འབྲལ་དང་མགོན་སྟོན་ལ་  
 བཅད། སྐྱབས་མགོན་གོང་མའི་སྐྱ་ཆས་དེ་དམ་པ་ས་ཁྱི་  
 དང་སྐྱི་མཁན། དུང་མགོན་ལས་བྱ་བཅུ་སྒྲོར་ཉིན་ལྟར་ནོར་  
 གླིང་དུ་འཛོགས་ཏེ་དགོངས་ཇོགས་གནང་རྒྱ་སེགས་  
 བཙོན་བཞིན་ཡོད་མུར་ཁང་སྐྱང་མཁན་རུས་ཕྱག་དོག་མ་  
 རུངས་ཁོག་བཅུག་སྐྱབས་ཉིན་འབྲུ་ཁལ་ཆིག་སྟོང་ཞེས་  
 དང་དེའང་བཅུ་གནས་སུ་སྤར་བའི་སྟོང་ཕྱབ་མངོན་  
 གསལ་དེད་ཁག་ལྗོས་ཅོད་རྒྱ་ཆེ་ཕྱག་ཉིར་གོང་སྟོང་ནས་  
 ཆག་ཡང་གང་ཆེའི་ཐོག་ལོ་བཅད་གྱིས་རིམ་འབྲལ་ཞུ་



འབྲུག་དེན་སྒྲིན་ཡོང་ངེས་དྲུང་ཡིག་ཆེན་མོ་སངས་རྒྱལ་  
 ལགས་དང་། དན་འབག་ཅེ་མགོན་གཉིས་ནས་བར་གཟུ་  
 བྱང་བ་མ་ཉེས་ཁ་ཡིག་དེ་འདྲ་འབྱུང་ཐབས་བྲལ་རྒྱུ་ས་  
 ཁྱིའི་ནང་བཀར་ཁྱེད་ཁག་ལྗོངས་གྱུར་ཞུ་ཞིབ་གནང་དགོས་  
 མཐར་ཁྱེད་དམ། སྐུ་མ་གཉིས་སྒྲོར་ལྗོངས་ལྗོངས་འགོལ་བྱུ་  
 ཅམ་བྱུང་རྒྱུ་ཁོ་པར་སྒྲུང་དག་མི་ཡོང་། འཕྲོས་ཉིད་ནས་  
 འཕྲལ་དུ་གཙང་འབྲལ་ཞུ་དགོས་བྱུང་ན་རྒྱ་ལྱུ་འདུས་  
 མིན་ཡོང་ལྷགས་ཐེབས་ཁར། འགོ་ཡུལ་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་  
 དེ་ཉིད་གྱི་དགོངས་ལྡོགས་ནམ་དགར་བཅས་དག་སྒྲེ་ཕྱོད་  
 འཆོར་གཉིས་བསྐྱོངས་འདུམ་དེན་ཞུ་དགོས་མ་གྲོས་བྱ་  
 ཡོན་གྱི་འདམ་དུ་མགོན་པ་མན་ཆད་རྒྱུ་པར་གྱུར་ཏེ་ཁོ་  
 བོ་བྱ་ལག་མང་བའི་བྱུར་འབྲས་སེ་སྒྲེ་འཆིང་བ་ཀུན་ལྡན་  
 བདེ་འདོད་སྐྱུག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱ་སྐྱབ་པའི་ངང་ཚུལ་དེ་འདྲོ།



ཆེས་པལ་རྒྱུད་སྤྱོད་དང་། ཆེས་པལ་རྒྱུད་སྤྱོད་དང་། རུང་  
 སྤྱོད་མཇུག་ཁ་དབྱར་དབྱར་གྱི་ཆས་བཟུང་ལེན་མཛད། ཟླ་  
 བ་༡༡ནང་བཟུང་གེ་གནང་དོན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་  
 སྤྱོད་མཇུག་ཁ་དབྱར་རྒྱུད་དབྱར་བསྐྱར་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་  
 སྤྱོད་ལས་བྱར་ཁམས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 གི་བཀའ་བསྐྱར་ལེན་ལེན་སྤྱོད་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་  
 གནམ་ལེན་གསར་བཟུང་གྱུ་ལེན་གཉིས་པའི་ལེན་བྱང་ཡང་  
 ཐོག་ལྷ་མོའི་ཆེས་གཉིས་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་  
 ཉིན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བ་མཛོད་པར་སྤྱོད་བ་དང་། དགའ་ལྷན་གནས་ནས་ལེན་བ་  
 དང་། ལྷམས་སྤྱོད་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་  
 ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་ལེན་



འཕུལ་བའི་རིག་ཅུང་འབྲེལ། ཡང་སྤྱིང་མཆོག་སྐུལ་ངེས་  
 གེབས་གྱི་ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱེག་པར་ཡང་འགྲོ་བའི་ཆོས་  
 ལུགས་བགྲོ་སྒྲིང་ངོ་མཚར་ཅན་གནད་སོང་། བད་བྱུང་  
 བཞིན་ཆོས་ ་འཛོགས་སྒྲར་རྩ་སྒྲིང་སྒྲ་བྱང་དུ་བཅར་ཏེ་  
 སྤྱིང་སྒྲིང་ཆེན་པོ་གནས་ཚུང་ལྷོག་ཏུ་གཟབས་གསེལ་ལ་  
 གེབས་པའི་ཆེབས་ཞབས་སུ་འཕྱར་སྤྱོད་གཟན་དང་། སྒྲར་  
 སྐབ་ཞུ་མའི་ཆས་གྱིས་བཅར། རྩ་བ་སྤྱོད་དུ་གཡོག་འཇམ་  
 དབྱངས་སྒྲོ་གསལ་ཆེད་གཏོང་ཆོམ་ང་སྐྱུ་འབྱེད། སྐྱག་  
 འཇོག་དྲེལ་རིན་ཁོངས་བྱུང་ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་  
 གསུམ། གཟུངས་འདུས་སོགས་ཆོས་དཔེ་དངོས་གཙང་  
 གླེགས་བམ་༡༠སྟོར་ལོ་ལྟར་སྒྲོག་འདོན་གནད་ཉེན་སྒྲོན་  
 ཡུལ་དང་། སྒྲོན་ལམ་སྐྱུ་འབྱེད་མང་ཇའི་བསྟེན་བཀྱར་ཞུ་  
 རིགས་སྒྲོན་ཚུང་སྟོན་སངས་དང་འབྲེལ། ཆོས་གྲངས་སྤྱིང་



བར་བསྟར་བའི་མང་ཇའི་ཐོ་སྒྲིག་བཅས་གོང་ཟླའི་ཆོས་  
 ༡༤ཉིན་རྒྱལ་སྤྱི་ལྷན་ནས་ཅེ་གཟིམས་རྒྱུ་དུ་གནང་  
 སྟོལ་འདུག་རུ་། ཟླ་བུར་དོན་རྒྱུན་ཡིན་ལུགས་རྗེས་  
 བཞག་སྟན་འབྲལ་ཞུས་ན་ཆོས་གངས་རང་འདོད་ལ་ཁེལ་  
 ལུགས་ཐོས་པ་ལྟར། ཆོས་ལ་སྒྲོར་བླ་ཕྱག་ཏུ་སྟན་སྒྲོན་ཆོས་  
 བཅོམ་ལྡན་གྱང་ཆོགས་ཐོག་བཀའ་དྲིན་ཅན་དགེ་ཆེན་སྦྱལ་  
 སྒྱ་དམ་པའི་དགོངས་རྒྱུ་གས་དང་། ཡ་མའི་གསེན་བསྐྱེད་  
 དམིགས་འབྲས་སེ་དགའ་གསུམ། ཞོར་གཏོགས་གྲ་ཚང་  
 ཁག་དང་བཅས་པར་བསྟེན་བཀུར་མང་ཇ་གསུམ་དང་།  
 སྒྱ་འབྲེད་ཁམ་དའི་དང་འབྲལ་ཐོག་གཙུག་ལག་ཡས་  
 མས་སུ་སྟན་དར་གསེར་གོང་མཆོད་སྒྲོན་སྒྲོས་འཕེད་གསེ་  
 སྒྱུང་ཡང་བླངས། གོང་ཆོས་འཕེག་ལ་སྤྱི་སྒྱུང་དུ་སྒྱུང་ཅེ་  
 ནས་ལྟ་ས་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་ཆེབས་རགས་རྒྱས་སྒྲོས་



བཅས་པེབས་ཞབས་སུ་འཕྱར་གྱི་སྒྲར་སྒྱུ་བ་གསེར་སྒྲ་  
 སེགས་འཕྱོར་ཆས་བཅས་གྱིས་བཅད། ཟླ་བ་གསུམ་པའི་  
 ཆེས་༡༥ སྒྲར་ཅེ་འཁོར་དུ་ཐོན་ཕྱག་དང་། སྒྱུ་བས་ཇི་སྟག་  
 བྲག་རིན་པོ་ཆེ་སེགས་སྒྲ་མ་རྣམས་དང་། དུ་སྒྲོང་རིན་པོ་  
 ཆེ་དབུས་དཔོན་ཁག་ཆེ་གཉིས་རྣམས་སུ་ཐོག་མཇལ་བྱེ་  
 ཕྱག་ལ་བཅད། འཆར་ཅན་རྟ་དུག་ཁལ་མ་བཅུ་གཉིས་གྱི་  
 སྒྲིང་ཐམ་བཀའ་ལམ་ཐོག་བཀའ་འགག་སར་འཕར་ཞུས་  
 རྟ་ལྟ་ཁལ་བཅུའི་ལམ་སེན་ཞིག་གྱུང་ཞུས་བསྒྱུ་ལ་འདི་  
 གཅིག་དུའི་དམངས་ཐོག་བརྒྱབས་གསེག་སྒྲོང་ངན་ལ་  
 བསམ་ན་ཡང་ཡང་བའི་གནས་སུ་ཡོད་དོ། ། **ཆ་ཆའི་འོད་**  
**ཟེར་རབ་རྟ་སྒྲོ་མཁས་རྟེན་བའི་འགྲ་ན་རའི་བྱ། ། མངོས་**  
**མངོས་མཐོང་བའི་ཡུལ་དུ་ཆེས་མཚར་གཞལ་ཡས་ཁང་**  
**དང་སྒྲོང་མོས་ཆེལ། ། བལྟས་བལྟས་ཡོད་འོད་ཉམས་**



དགའི་ཚལ་དུ་བག་བརྒྱུངས་བདེ་བར་རེལ་སེམས་ཅན། །  
 ཚུབ་ཚུབ་དོན་གཏོར་ཕོལ་བས་རབ་ཞུགས་ཕྱི་མ་ལེབ་དེ་  
 གཞིབ་ཏུ་སོང་། ། སྟན་སྟན་དེ་བསྟོད་གཏམ་གྱི་ལྷ་ཚུ་ལ་  
 བ་རི་ཡིས་བསྐྱར་དང་ལྷན། ། མཚར་མཚར་དབང་ཐང་གོ་  
 སའི་མེད་གོག་སྒྲིང་བུའི་སྟན་པར་ཕྱི་གཅིག་པ། ། ལུར་ལུར་  
 དོན་མེད་བྲག་ཆའི་སྐྱས་བཀྲག་ནགས་གྱི་རི་དྲགས་དེ་  
 ལྷུལ་ནས། ། ཚུབ་ཚུབ་རྒྱལ་བའི་མདའ་ཡིས་བསྐྱོན་ཆོ་  
 ཡིད་ལའང་འགྱུད་པའི་མ་ཡིས་ཁེངས། ། བར་བར་འདྲོད་  
 པའི་དངོས་པོ་འཛོལ་ཆོ་ག་ལང་བ་སྐྱུངས་པའི་རུལ་དྲི་ལ།  
 ། དེས་དེས་རྟོད་པའི་མཆོག་ཏུ་བཅུས་ཏེ་དགའ་མགུར་  
 རེལ་པའི་ནམ་འགྱུར་ཅན། ། ཚུར་ཚུར་འདམ་གྱི་འགྱུར་ཕྱིར་  
 ཏེ་བཞིན་འཕུར་ལྷིང་བརྟུལ་ཞུགས་ཇི་ཉམས་གྱིས། །  
 འགུལ་འགུལ་ཅོམ་ཞིག་བྱར་མི་གཏུབ་པའི་སྐྱང་མ་གྱི་རུད་



དབུགས་རིང་འབྱེན། ། ཞིམ་ཞིམ་བས་གྱིས་སེརྩོན་  
 བསྐྱབས་བྱས་ཏ་པ་ཆན་པའི་སྒྱ་ཐབས་མཆོན། ། ཟབ་ཟབ་  
 རྩ་མཆོའི་གཏིང་དུ་ཡོངས་ཅེན་རེ་བདེའ་ཁྱེང་སེམས་  
 གསེར་མིག་ཅན། ། འཆོལ་འཆོལ་རེ་བའི་འབྲས་བུར་ཐོབ་  
 པའི་བདེ་འཇམ་ཡངས་པའི་མལ་བུལ་ཏེ། ། ཉེས་ཉེས་བྱེ་  
 མའི་ཐང་ཆེན་རྩུབ་མེར་བཟོད་བུལ་ཆོར་བ་དེ་ཡང་། །  
 གསལ་གསལ་སྒྲེ་གྲོས་ལུས་སྟོབས་ལྡན་རྩོམ་སྒྲང་ཆེན་  
 དབང་པའི་སྟེམས་དེ་ཡང་། ། དལ་དལ་འཇམ་པའི་རེག་  
 བྱས་ཡིད་བསྐྱས་ཅེལ་བ་སྒྱེད་ལུག་ངང་དེར་བས། ། རྩ་  
 རྩ་སྒྲང་རྩིས་གཏུང་སྒྲ་གཏིང་བ་མཐོང་རྩ་ལྟ་སྟངས་མི་  
 འཆོམས་མེད། ། ཡང་ཡང་ངེ་ལྟར་བསྒྲེ་བཞིན་སྒྱེད་དགོས་  
 ལེ་རྩས་མཆོར་གཏམ་ཅེ་མེར་སྟན། ། དེ་ནས་སྒྲར་ཡང་ཅེ་  
 འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ལུག་དང་། ཇི་བོ་ཡིད་བཞིན་



[illegible]



འདེབས་དགའ་ཆེན་བྱེད་བདག་སེགས་དང་ཨོ་ས་ར་ཏེ་  
 སེགས་ཇེས་ལྷོས་དགོས་པ་ཞིག་འདུག་པས་ཆོས་བརྒྱད་  
 ཡིག་ཆ་གང་ཡིན་དཔྱད་དགོས་ཡོད། མཐུལ་ཏེན་གསུམ་  
 དོད་ལུ། དག་འབུམ་སུམ་མདོ་བརྒྱད་ཆོས་༡༧ འབྲི་གུང་  
 ཐེལ་དུ་ཆོས་མཇལ་ལ་བྱིན། བསེལ་བ་ཚལ་དང་མཚུངས་  
 སྒྲིང་དུར་བྱོད་དེར་ལུས་སྦྱིན་དམིགས་པར་བཅས་ཏེ་  
 ཞིང་། གྲུབ་ཐོབ་ཏུ་གྲགས་པ་མཚམས་ཆེན་ཨ་འགོང་ལས་  
 བྱས་འཁོག་ཞུས། དེ་ནས་ཕོ་བ་ཇཱ་འགག་དང་། སྒྲོ་བ་སྦྱང་།  
 གངས་དགའ་ལ་སྒྲིང་། ཇུག་པ་སེ་རགས། དེའུ་ལུང་།  
 འགན་ཚུ་རོང་མདའ། གཡེ་བྱ། སྒྲང་ཆེན་གསུམ་མདོ་  
 བཅས་སུ་ཞག་མལ་བྱིས་ཆོས་འཁོར་ཇོང་དཔོན་བྱེ་བསུ་  
 བར་བཅས་གཞུང་ལམ་ལྷ་རི་མགོར་སྒྲིབས། ལྷགས་རར་  
 འབྱོར་བ་ན་སྦྱབས་ཇཱ་རིན་པོ་ཆེ་པ་བོང་ཁ་མཚོག་ཆབ་



མདོ་དགོན་པ་ནས་གདན་ཞུས་ལམ་བར་བཤམ་སྐབ་  
 ལྟང་ཉེགས་ཀྱི་ཆེས་འཁོར་བསྐྱོར་བཞིན་འདིར་ཕེབས་  
 བཞུགས་ལ་བཞེན་སྒྲེས་དོ། རས་དཀར་ཐ་སྒྲ། སྒྲམ་ཕྱག  
 འགན་སྐྱར་སེགས་དངུལ་སྒྲང་བཞི་བརྒྱ་སྒྲེར་དེའི་དངོས་  
 གོ་ཕུལ། ཚུར་ཡང་ཕྱག་མཛོད་ཆེད་ཕེབས་ཇ་མར་གོ་ཙམ་  
 ཉ་ཆག་ཚུན་གསེལ་རས་བྱ་ནོམ་སྐུལ། དེམ་གྱིས་ཟླ་  
 ༥ཆེས་༡༧ལ་འགྲུ་རུ་བམ་ཁར་འབྱོར། མིང་སྦྱོང་དེན་པོ་  
 ཆེ་སྒྲུ་སྒྲེར་ནས་གནང་བའི་བཀའ་བྱ་འབུལ་བྱ་ཡོད་  
 ག་ཤིས་ཀྱི་ཉིན་ཐང་དཀར་སྒྲུ་ལྷིངས་འཕགས་ཆེན་གོང་  
 མ་མདུན་བཅད། ཟླ་༤ཆེས་༡ཉིན་ཆབ་མདོ་དགོན་ཐོག་  
 རེས་སུ་ཇོ་ཟླ་བཞུགས་ས་ལྟང་ར་གྲ་ཚང་ཁང་པར་འབྱོར།  
 མདོ་སྦྱིའི་སྒྲུ་ཆབ་མཁན་དེམ་གཉིས་ཀྱིས་མཆོན་གཞུང་  
 སྒྲེར་མི་དྲག་ལྷོས་པར་བཅས་ནས་ལེགས་དར་ཇ་འབྲས་



ཟུར་གསེས་གྱིས་སྒྲུབ་སྒྲུབ། ཆོས་ཀྱི་མཇུག་ཏུ་བཅས་  
 མཁན་རིམ་སེ་སེར་བཅས་ཞིང་། ཁོང་ཟུང་དང་གཞུང་  
 ཞབས་ནམ་པའང་ཏེན་ཆས་ལྡན་པས་དང་འགག་ཏུ་བྱུང་།  
 ཆོས་ལུས་ཆེན་དང་བསྐྱུན་ཁྲོད་ལོ་མཆོག་སྐུ་ལ་རིན་པོ་ཆེ་  
 དང་ལྷ་ཁང་ནམས་སུ་ཆོས་མཇུག་མཆོད་འབུལ་ལ་  
 བཅས། ཆོས་ལྡན་གྲུབ་གཟུང་སྒྲུབ་བའི་ལུ་བྱུང་བྱུ་སྒྲུབ་མེ་  
 བཞིའི་བྲིས་བཞུགས་སྒྲུབ་ལྡན་འབྲུབ་སྒྲུབ་ཞེས་པའི་  
 སྒྲུབ་ཕྱིས་བཟང་པོར་ཆེད་བསྐྱུན་མདོ་སྒྲུབ་ལས་བྱ་ཁང་དུ་  
 འགྲུལ་སྒྲུབ། ལམ་སོན་འཆར་གཞི་ཞིག་བཟོས་པ་ལྷས་ངན་  
 ལ་ཏེན་འབྲེལ་ཞིང་པོར་བཅུས། སྒྲུབ་སྒྲུབ་དེར་སྒྲུབ་དུག་ཆོ་  
 དབྱར་ཁའི་རྒྱགས་ཕྱིར་བྱ་སྒྲུབ་ཁེལ་བའི་སེས་ཐོག་ཐང་  
 འདིར་ལས་ཆོན་ཨ་ཁྱར་ལགས་གྱིས་སྒྲུབ་གྲུབ་ཆེ་ལེགས་  
 འེག་གསར་བཟོས་གྲུབ་སྒྲུབ་ཏེན་ཏེན་པ་དང་། དེ་ནས་



བཀའ་མགོན་དེ་བྱེད་། གོ་གཞིས་ཅེ་རྒྱུ་མཁུན་དཔལ།  
 ལས་ཚན་སྒྲི་བསྐྱས་བཅས་ཀྱི་མགོན་དུ་བྱེད། ཁོང་ནམ་  
 དཔེ་ཕྱག་ཁྱག་བྱང་ཕྱོགས་སྒྲིང་བ་གཞོད་སྒྲིན་ནམ་མང་  
 ཐོས་སྒྲས་ཀྱི་བང་མཛོད་ལ་ཅེ་འདྲི་བའི་ཚུལ་གྱིས་བག་  
 ཆེན་དང་ཐུ་པད་ཅུའི། འཁོན་པེ་སྟོགས་ལ་སྤང་དེལ་འཛོག་  
 གནད་རང་རེས་ཁ་ཡ་མ་ཁྱོགས་སྒྲིགས་ཆེན་ལས་བྱེལ་བ་  
 སྒྲེལ་ཀན་གྱིས་མི་ལ་མཇུག་མ་མེད་པར་འཕྱ་བ་བཞིན་  
 ཅུབ་པའི་ཆོག་རྒྱགས་བྱང་བྱེད། ལྷ་ས་སྤྱི་བཀར་དེད་  
 ཆབ་འབྱོར་མདེ་སྒྲིའི་ལས་བྱ་ཁང་བཅར་གཞུང་དོན་བྱེད་  
 སྒྲོར་རྒྱར་འབྲངས་ཞུ་བཞིན་ཡོད་ལྷགས་ཞུ་ཡིག་ཁག་  
 ཡུལ། ཟླ་བ་དགུ་པ་ནང་རི་ཆེ་གསར་སྒྲིག་བྱ་ཚང་གཞིས་  
 དབྱར་གནས་སྒྲོར་ཟློས་བྱར་གྱི་ཞིབ་ལས་བྱས་པར་སྐབས་  
 དེར་དང་ཐོག་དགེ་བའི་ཉེན་འབྱུང་དཔེ་མེད་ཡིན་ཁུལ་



དབྱར་གནས་མཉམ་འཛིགས་དང་། གསར་གྲུ་དབྱར་  
 བཞུགས་གྲུ་གངས་ལྷ། བཅུ། བཅོ་ལྷ་ཅི་རིགས་སུ་སྤར་  
 བའི་དབྱར་འཆར་ལུ། ལྷ་བབས་དུས་ཆེན་ཉིན་སྐབས་ཇི་  
 རིན་པེ་ཆེ་ཆགས་ཐེབས་དེད་ནས་བསྐྱལ་བཞིན་ལས་བྱ་  
 ཚང་མ་སྟག་ཐང་མར་ཆེབས་བསྐྱར་བཅར་ཞིང་ཞལ་  
 མཇལ་ཏེན་གསོལ་གང་འབྱོར་ལུ། ཕྱིར་ནང་རི་ཆེ་ནས་  
 ཇ་དང་མདའ་དཔོན་ཟུར་ཁང་ཟུར་པ་འབྱོར་བར་ཡན་ཚུན་  
 གཏུགས་རེས་དང་། ཟླ་༡༠ཆོས་༡ཉིན་སྤྱིད་བཀའི་  
 དགོངས་དོན་ཇ་མདའ་ཇི་སག་ཏུ་གནས་སྤར་འབྲེལ་མདོ་  
 སྤྱིའི་ལས་སྒྲིལ་བཞེས་གསར་མཇལ་མཇོད་ཞབས་སུ་  
 བཅར་ཞིང་། ( སྐབས་དེའི་བསམ་སྦྱོར་ཐོལ་མེད་མཆོན་  
 ཕྱིར་འདིས་མཆོན་གྲས་ཆོག་བྱིངས་སོར་བཞག ) བྱི་  
 འབུལ་བསྟར། སྐྱེ་ཚབ་མཁན་རིམ་ཟུང་གི་དབྱར་ཁར་



རྟག་གྲས་རྒྱབ་གན་ཞུ་མིན་འཐེན་ཆ་དང་། ཟུར་ཟུར་  
 གསར་གྲར་རྩུང་དགེས་མིན་ཡོད་སྟེ་སྟེ་འདོམས་གྲ་ཚང་  
 གཉིས་ཀྱི་དཔྱད་མཆོམས་ཕྱན་བྱ་འགོར་རྒྱན་རྩུང་རྩུང་།  
 ཡང་སྟོང་དབྱར་གནས་གྲ་གངས་སྤར་ཆ་དང་། གསར་  
 གྲར་དེད་བརྒྱད་སྟོང་ཡིག་ཟབ་བྱད་ཅན་ཅུལ་བ་སོགས་  
 ཡིགས་ལམ་སྟོངས། ཇོ་སག་མདོ་སྤྱིས་ལས་ཁྱདས་སྤྱ་  
 རྟག་བཅར་གང་ཅིའི་འགན་འཁུར་རྟེན་འཛིན་ལས། མདོ་  
 ལས་མིང་འཁུར་འཁེས་ཅམ་གྱིས་མི་ཡོང་ཞེས་དགེས་  
 བརྗེད་བཅོན་བཀས་བཅིངས་པས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་  
 བའལ་བཀའ་སོགས་སྤྱབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་  
 ཟབ་རྒྱས་ཆོས་འཁོར་རྒྱ་ཆེར་བསྟོར་གནང་གི་ཆོས་གྲར་  
 བཅར་འདུན་ཆེ་རྩུང་འདོད་པ་ལྟར་བྱ་དབང་མ་གྱུར་ཅིང་  
 དུས་བབ་ཁག་ཏུ་ཞུགས། ཆབ་ཁྲིངས་ཆ་སྟེད་ག་



འཕགས་མཆོག་དང་། ཆོང་པ་བསོད་སྟོབས་ཁག་སོགས་  
 ལ་ཞུ་ཞིབ་དཔྱད་འཆར་བཅོས། ལཱ་མཆོད་དུས་ཆེན་དབྱར་  
 དགུན་གྱིན་བཞེའི་མཛོད་སྒྲི་དང་གསེལ་སྟོན་ཉིན་  
 སྐབས་པར་སོང་། ཟླ་བ་༡༡པ་ནང་ཆབ་ཁོངས་ཡར་  
 ཡུལ་སྟོད་གདོང་གོང་བུན་བདག་ནམས་ནས་ཞུ་མེས་  
 བཞིན་མདེ་སྡེ་བརྒྱད་སྟོང་གསེར་བྲིས་མ་ཞིག་སྤྲད་ཟུངས་  
 གྱིས་མཆོན་ཆེ་གཟུངས་འདོན་ཡོན་སོགས་ལ་འབྲུ་རུའི་  
 ཁལ་ ༥༩༠ སྒྲོར་དགོ་དགོངས་སོང་། ལོ་མཇུག་སྟོང་  
 སྟོང་ལྷན་རྒྱས་དང་སྒྲུ་སྒྲེད། ས་བྲི། དྲུ་ཆེ་ནམ་པ། ཕྱིས་  
 ཀ། བྲག་གཡལ་སྒྱུབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཡས་ཕྱིན་ཟླ་  
 དཔོན་གལ་ཆེ་ནམས་སུ་ལོ་གསར་ཉིན་འབྱུང་ཞུ་ཡིག་  
 བཅོ་འབྲུལ་ཕྱིས་བར་ལོ་ལྷུང་རིགས་འབྲེ་དང་།

སྟེ་ལོ་༡༩ ༥༤མེ་བྲི་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་ཆབ་



མདོ་ཞབས་བཏན་ལྷ་ཁང་གོང་སྐྱབ་འདྲ་སྐྱ་རིན་པེ་ཆེའི་  
 མདུན་མདོ་སྐྱེ་ལས་བྱར་བཅས་ཏེན་འབྲེལ་ཕྱག་འཆལ་ལ་  
 ཕེབས་ལྷན་དང་། སྐྱབས་ཇེ་རིན་པེ་ཆེ། འཕགས་ཆེན་  
 མཆོག་སོགས་སྐུའང་མངལ་དར་ལ་བཅད། གོང་གསལ་  
 རྣམས་དང་། ཆབ་སྐྱ་ཕྱིད་འཁོར་སོགས་ནས་དར་དང་  
 དཀར་སྒྲིའི་ཏེན་ཇེས་བྱུང། སྒྲིན་དུ་རང་ཁོངས་སྐྱབས་ཇེ་  
 རིན་པེ་ཆེ་ནས་ངེད་གྱིས་བཅལ་བའི་དོགས་ཅན་ཁྱེའུ་  
 གསུམ་གྱི་མིང་བཀོད་ཐུགས་དམ་བཏན་གསལ་པ་ཞུས་པའི་  
 ཕྱིར་ཕེབས་མིང་གསལ་གསུམ་ནས་ངེས་འཛིན་བྲི་འདོན་  
 གང་ལ་བྱེད་སྐྱེ་བྱུར་དུང་ཆེ་རང་ནས་མོ་བཏན་གསལ་ཞིབ་  
 བརྒྱུང་གིས་ཐག་གཅོད་བབྱེད་འབྲས་ཕྱག་བསྟར་འགོ་  
 མཆན་སྐྱེ་ཕེབས་བཞིན་ལ། གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སོ་བྲི་གྲོང་  
 སྒྲོང་ཆང་གི་ཁྱེའུར་ལེགས་ཉམས་བྱུང་བ་ལྟར་ལོ་འདྲིའི་



ཆེ་འཕྱུལ་ཟླ་བ་ནང་བཀའ་དྲིན་ཅན་མཚན་བརྗོད་པར་  
 དཀའ་ཡང་དོན་སྤྲད་མཚན་ནས་སྒྲིམ་པ་ངག་དབང་  
 བསོད་ནམས་རྒྱལ་མཚན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་ཡང་སྤྲོད་  
 ཅེས་རང་དགོན་གདོང་ཀོང་སྒྲ་བྲང་དུ་བློ་འདོན་བྱ་བྱའི་སྒོ་  
 དོད་མདོ་སྦྱར་དགོངས་ཞུས་དང་བཅས་ཆོས་༥ ཆབ་མདོ་  
 ནས་ཐོན་ཇོས་དང་། བྱི་ཉིན་གདོང་ཀོང་དུ་འབྱོར་མཆོད་  
 སྦྱོན་སོགས་བྱ་སྦྱོག་གིས། ཆོས་༡༡ཉིན་སྒྲང་བྲང་དུ་  
 ཕེབས་བསྐྱར་བཅས་ཉི་འོད་ཆོམ་ཆེན་གསེར་བློར་མངའ་  
 གསོལ་བྱི་ནང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་གི་ཉིན་འབྲེལ་ལེགས་་  
 སྒྲིམ་བཞེག་འབྲུལ་དང་ཉིན་གསུམ་གསོལ་སྦྱོན་བསྟར།  
 རང་ཉིད་རྒྱུ་དུས་སྦྱོད་མ་དང་བཅོན་ཕྱལ་དགོ་ཅན་ལ་  
 ཅེས་སྤྲད་སོགས་གོང་བཤམ་ལྟར་སྦྱག་བསྐྱེལ་བཟོད་  
 དཀའ་བྱུང་བྱུང་ལ་བཞེན་རེ་ཞིག་མ་དང་མཉམ་འགྲོགས་



གཅེས་སྒྲིང་ལས་སྒྲུག་རང་ཉེས་འབྲེགས་ལམ་དེ་རིགས་  
 མ་དགོས་པ་བྱས་ཏེ། ཆོས་་༡༧ཕྱི་མ་ཉིན་ཆབ་མདོར་  
 འབྱོར། ཟླ་་མཆོས་་༧དེ་ལྷོ་འཆང་པ་བོང་ཁ་མཆོག་སྐྱལ་  
 རིན་པོ་ཆེ་མདུན་ནས་གསང་འདུས་མི་བསྒྲིང་དེ་ལྷོ་  
 འཕགས་ལྷགས་བཀའ་བབས་བདུན་ལྡན་གྱི་དབང་ཆེན་  
 ལྷ་གོན་དང་ཕྱི་ཉིན་བུམ་དབང་། ཆོས་་༡༡ཉིན་མཆོག་  
 དབང་གོང་མ་གསུམ་བཅས་གསུང་བ་ཤད་ཟབ་རྒྱས་དང་  
 འབྲེལ་བ་ཐོབ། མེ་ཏོག་ས་ཡི་སྒྲིང་པོར་ཕོག་གསང་མིང་  
 ལྷང་མཛད་དེ་ལྷོ། ཆོས་་༡༤ཉིན་བཙུམ་ལྡན་འདས་ངན་  
 མིང་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྒྲིང་བ་ཀུན་རིག་ནམ་པར་སྣང་  
 མཛད་དང་། ཕྱི་ཉིན་ཆོ་དཔག་ལྷ་དགའི་དབང་ཆེན་སྐྱལ་  
 བཟང་དགའ་སྒྲོན་ཉམས་སུ་སྒྲིང་། ལྷ་མར་གསང་མིང་  
 རིན་ཆེན་དེ་ལྷོ། ཕྱི་མར་པར་ཆོ་དཔག་མིང་། ལས་ཁུངས་



འགྲིམས་པོ་རང་རང་ཉིད་ཆོས་སྤྱོད་འཇམ་ཐང་དཔུང་གྲོགས་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་ཐང་ཞན་ཁར་ཁམས་པོ་བཅས་བཅས་ལྷན་  
 ལྷན་མཛོན་མིན་མ་ལྷོས་མཛོད་སྤྱོད་ཁྱོད་ཡོངས་སེར་སྤྱོད་  
 དྲག་ཞན་རང་བཅར་རམ། བཞོ་སྤྱོད་འཕྱུག་འཕྱུག་རིགས་  
 གྱི་བདེ་སྤྱོད་འཛོལ་འདོར་རེ་འདྲན་ཞུ་བཟུང་དང་། བཞོ་  
 ཟེན་འགོ་འཆར་བཞོད་གཏོང་། ལྷན་པར་གཞུང་དོན་  
 བཞོ་འདྲི་གྲོས་བསྐྱར་ལ་འཁོས་བསྐྱར་འཆར་འདོན་  
 ལྷན་ཁྱོད་ཁྱོད་ཁྱོད་ལ་འགན་དབང་ཡོད་རིགས་སྤྱོད་པོ་  
 ལྷན་ལའ་དོད་ཉིད་པ་ལྷན་རང་འགལ་ལྷན་ལྷན་ཁྱོད་  
 ལྷན་སྤྱོད་འཆར་ཕན་རིགས་འགྲོའི་ཐོག་ ལྷན་བ་ལྷན་གོ་  
 གཞིས་ཕྱོད་དུང་མཁྱེན་དཔལ་དང་། ལྷན་ཁྱོད་ལྷན་ལྷན་  
 ལྷན་པོ་ལྷན་ལྷན་དཔུང་འཆར་འཕྱུག་གཙོད་མཁྱེན་དཔལ་  
 ལྷན་དོད་བལྟས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་



རྟོག་སྦྱོང་གྲུང་འཁོར། འོན་གྲུང་དུས་གྱི་ཕོ་ཉར་འཛིགས་སེ་  
 བའི་བསམ་པས་ཀུན་བསྐྱངས་འཛིག་ཏེན་པ་རེལ་གྱི་ལམ་  
 རྒྱགས་གྲུབས་ག་ཤོམ་དང་། ཚོགས་གཉིས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་  
 ཞིང་སར་སྐྱམ། བཞི་པོའི་དུས་ཆེན་གསུམ་འཛོམས་ཉིན་  
 ཐེག་ཆེན་གསེ་སྦྱོང་སྦྱོམ་ལེན་དང་བཅས་པ་སྐྱབས་མགོན་  
 རྟེ་རྟེ་འཆང་པ་བོང་ཁ་མཆོག་སྐུལ་རེན་པོ་ཆེའི་མདུན་  
 བཀའ་ཆོས་ཚོགས་ཡོངས་ཐོག་དངུལ་གྱི་མརྒྱལ་ཆེ་  
 ལེགས་དར་སྤྱོད་རྒྱན་འཕྱང་ཅན། ཆོས་ལི་ཆོ་དཔག་མེད་  
 གྱི་སྐྱེ། ལི་ལི་བཀའ་གདམས་མཆོད་ཏེན། ནམ་སྤང་རྟེ་རྟེ་  
 དངུལ་དཀར་ལས་གྲུབ་པོའི་རྟེན་བྱིལ། གསེར་ཁམ། གཟི་  
 མིག་གསུམ་པ། དངུལ་ཁམ་སྤང་ལྷ་བཙུ་རེའི་ཐུམ་བཙུ།  
 ཆོས་གོས་ནམ་བཞི། བཟང་གོས་འགན་སྐྱུར། དངུལ་ཉིང་  
 ཆེ་ལེགས་བཙུ་ཚར། གོང་བུ་དཀྱོས་ལེགས། མདུན་ཐོང།



བུམ་པ། འབྲུ་ཕོར། བཟེད་ཞལ། ཡོལ་གོའི་ཁེབས་སྟེགས་  
 དངུལ་དཀར་ལས་གྲུབ་པ་དགྲོས་ལེགས། གཡང་ཁྱེའི་  
 དཀར་ཡོལ། ལྷུང་བཟེད། རྩེ་ཞལ་སྟེགས་དང་། གཞན་  
 ཡང་། གོས་དར་རས་ཕྱག་ ལྷགས་རིགས། ཉ་མཆོག་  
 འབྲས། འཁོར་ཉོག་མར་ལྷུང་། འབྲུ་ཙམ། གོ་བུམ་གྱིས་  
 མཐའ་ཉེན་པའི་བརྒྱ་འབྲུལ་དང་། འདུས་ཆོགས་ཆིག་སྟོང་  
 སྟོར་ལ་མང་ཇ། སྒྲ་འབྲེད་ཁམ་རྩེའི་བསྟེན་བཀྲ། འབྲུལ་  
 ཆོག་སྒྲུབས་ཐོ་སྟན་ངག་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བྱུར་གསལ་  
 ལྷུང་དག་ཆུན་བཀྲའ་དྲིན་ཅན་སྒྲུལ་སྒྲུ་དམ་པའི་དགོངས་  
 རྟོགས་དང་། ཡ་མས་གཙོས་འབྲེལ་ཐོགས་ནམས་འདི་  
 ཕྱིར་དག་བའི་བསྟེ་སྟེན་གྱིས་མཆོམས་སྒྱུར། ལྷ་པ་ནང་  
 མདོ་སྟེ་ཇ་བྱུར་གྱི་ཕྱག་སྟེལ་ཇ་སག་ལྷ་མ་གྲུབ་བསྟན་ཆོས་  
 ལྷན་ཆགས་ཁེབས་ལས་ལྷན་ལྷམ་མདར་ཆེབས་བསྐྱས་



བཅད། རིམ་བཞི་ས་ལྷུང་པ་དང་མཛོཾ་ཕྱི་རྒྱ་གླེ་བཟང་  
 དམ་ཆེས་གཉིས་ནས་དངུལ་དམ་དགོངས་ཞུས་འཕྲེལ་  
 དེད་དང་སྟར་ཕྱི་སྟུ་ཞབས་བསྟུར་སྟོད་པ་གཉིས་ལ་  
 བསྟོས་པ་བཞིན། ཟླ་པ་ཆེས་ལམ་དེ་སྟུང་དངུལ་ཁང་དེ་  
 དམ་པའི་ཕྱིས་ལེན་སྟར་འཛིན་བྱས། ལག་སྟོད་པད་སྟང་  
 ལྷ་སྟོང་སྟོར་ལས་དེ་མིན་གན་འཛིན་ལ་སྟུག་བཞིན། བུན་  
 བདག་ཕྱི་སྟོ་གར་ཡོད་བཀའ་རྒྱ་ཞུས་ཏེ་འགྲུགས་འཕོད་  
 འདེད་ཕྱི་ཆེག་འདུག་གྱུང་། རེས་སུ་སྟུང་ཕྱིས་སྟོད་  
 སྟུགས་བཅས་པར་ཁག་སྟོད་གང་མིན་ཡོད་གནས་བསམ་  
 ཡོད་ཆེས་གདོང་ཁེལ་མ་གཏོགས་ཡིག་རིགས་ཕྱིས་ལེན་  
 འཕྲེན་ཆའི་གཏི་ཐུག་བཙོང་རྒྱ་ས་ལྷུང་པས་ཇོ་བུར་  
 བརྒྱུངས་ཆོད་ནས་གཟིམས་ལག་རྒྱ་བོས་པའི་བཀའ་  
 ལས། ཕྱི་འཕོད་ཐུག་མཛོད་ནམ་པས་མཆོན་འདི་གའི་



དངུལ་ཁང་ལས་ལས་འགན་འབུམ་ལྟ་བུ་འཕར་བ་ཡོད་  
 གུང་དེ་དམ་པ་འཕེ་ལེན་སྐབས་ཕྱག་ལྗེ་དང་ཡིག་རིགས་  
 ཟུང་སྒྲིང་ལེན་གནང་རྒྱུ་ལས་དངུལ་དངོས་ལག་བཞག་  
 དགོས་ན་ཨ་ལེ་ཐོ་ག་ཤེར་ཁོ་ནར་ལོ་མང་འགོར་གནས།  
 གནམ་བསྐྱོས་གཞུང་ས་ཆེན་པོའི་ལས་ཁུངས་ལས་  
 ལྷགས་རྒྱལ་ཁབ་ཕྱག་ལས་ཡིན་པ་ལས། ག་ལག་ཚང་  
 ལྷ་ཁྱུང་ཅམ་གྱི་ལས་སྒྲིལ་མིན་པས་གན་ཡིག་ཟུང་ལེན་ག་  
 གོར་དེ་འདྲ་གྲ་རྒྱུང་སྒྲུང་བ་སྒྲིབས་ལྟན་གྱི་བྱ་བ་ཡིན་  
 ལྷགས་བྱུང་བར། དེ་འདྲ་དགོངས་དག་གུང་སྒྲིང་གྲ་རྒྱུང་  
 ནས་རྒྱ་ལྟ་འདུས་མིན་ལག་ཆེ་གཞུང་གུན་ཡོང་དོགས་  
 ཆེ་ཚུལ་ཞུས་པར། རྗེས་སེར་གན་ཡིག་མི་ལེན་པ་ག་ནས་  
 ཡོང་བ་གསུངས་གུང་དེ་དོན་བཀའ་ཡིག་ཟུང་གནང་  
 དོགས་ཞུ་འོས་གུང་མ་སྒྲིབས། ཡ་ང་སེ་བའི་ངང་ཡིག་



རིགས་འབྲེག་སྒྲིལ་གང་ཕྱིས་སྒྲངས་བ་འབབ་ལས་འབྱུར་  
 སེམས་ལྷི་བ་བྱུང་ཁད། རྗེས་སུ་ཕྱོགས་ཁང་ལ་བསྒྲིལ་  
 སྒྲབས་གན་ཡིག་རེ་བྱུང་དོ་ཁག་ཁྱདས་མེད་དུ་འདུག་  
 ཅེས་ཁ་ཞལ་བྱུག་པས་མ་བཞེས་སྒྲབས་མི་མང་གཏམ་  
 དཔེད། ཞབས་སྒྲོད་ཞུན་སྒྲེ་བ་གཞུང་ལ་ཞུས། ཆད་དང་  
 བྱ་ལོན་དགོས་ན་དེ་གས་ཡོང་། ཞེས་པ་ལྟར་དེ་དང་སྒྲོད་  
 དགོས་གཞན་གྱིས་བྱུང་སྒྲོན་པས་བཅུངས་འགོལ་མ་སྒྲ་  
 བྱེན་སེམས་ལྷག་འབྲི་ཆུ་བཟལ་ཅོམ་ཞིག་ལ་གཏོད་  
 དགོས་བྱུག། གན་གསལ་དོ་བདག་དང་ཁག་ཐེག་ཁག་  
 མང་དང་། སྒྲོ་འགན་བཟོད་མིན་འགའ་ཞིག་ལ་ཁག་ཐེག་  
 འཕར་སྒྲོན་གན་སྒྲོ་ཞུ་སར་ཡོང་དགོས་བཀའ་ཞུ་དང་།  
 སྒྲོད་ཁ་ལས་ངོ་བོ་འབྱུལ་མི་དགོས་པ། འབྱུངས་ཆད་  
 ཡངས་ཐབས་སོགས་ཞུ་ཇུས་བ་སེམས་མནར་གཅོད་སྒྲོད་



ངན་ཇི་སྟེང་ཐལ། ཟླ་དཔ་ནང་ཆབ་མདོ་གཡེ་མཁར་པ་  
 ཚང་ལ་ཆོ་གཟུངས་སྟོང་། སྐྱ་དཔར་བྱི། མཚན་བཟློང་སྟོང་  
 དུག་ནམས་འདོན་ཡོན་འབྱུ་རུའི་ཁལ་༥༠ བཅད་འཛིན་  
 སྟེར། ཟླ་བ་དགུ་པ་ནང་རིགས་དང་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་  
 མཚོའི་བྱབ་བདག་དེ་ཇི་འཆང་མཚན་བཟློང་པར་དགའ་  
 ཡང་དོན་གྱི་སྒྲུང་དུ་མཚན་ནས་སྟོས་པ་པ་བོང་ཁ་ཇི་  
 བཙུན་བྱམས་པ་བསྟན་འཛིན་བྱིན་ལས་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་  
 བོད་ལྗོངས་གདན་སར་ཞལ་བསྐྱར་སྐྱ་ཇོང་དང་ཕེབས་  
 སྐྱེལ་ལ་བཅར་ནས་དེ་བྱིན་དངོས་ཞལ་མཇལ་བའི་སྐལ་  
 བ་མ་བྱུང་ཡང་བྱུང་རྒྱུ་མ་ཐོབ་བར་གཙུག་གི་རིགས་  
 བདག་དང་སྟོང་གི་པརྟེའི་དབུས་སུ་འབྱལ་མེད་ཇིས་  
 འཛིན་གྱི་ཞུ་གསེལ་དང་སྟོན་ལམ་འདེབས་སོ། ཟླ་བ་བཙུ་  
 པ་ནང་ལྟ་མཚོད་མཇོད་སྟོ་འཆར་ཅན་ཐོག་མདོ་སྟེ་བྱུ་



ཁང་ལྡན་མར་སྟོང་ཇག་དང་ཆེངས་སྒྲིག་ལ་ཕེབས་པའི་  
 ཆེབས་སྒྲེལ། གུན་གཟེགས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་གཞུང་  
 གནས་ནས་ཕེབས་གསོས་ཡུལ་བའི་དངོས་ལྡན་གོ་སྒྲིག་  
 དེ་དམ་པར་བསྐྱོས་བཞིན་ལྷུ་རིགས་ནམས་ཕྱགས་ཁང་  
 དང་ག་ཤེར་དཔང་ཁུངས་སེ་སེ་ནས་ལེན་གྱ། ཅུམ་ལམ་ག  
 དོས་སྒྱགས། རྫོང་འདྲན་སོགས་ཀྱི་ལུང་ལེན་ཞུས། སྟོང་  
 སྟོང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་བོད་ཀྱི་བླ་དཔོན་ཆེ་ཁག་དང་རང་  
 ལྟོས་གནད་ཆེ། བྲག་རྩེ་བླ་མུག་སོགས་ལ་ལོ་གསར་  
 མཇལ་དར་ཉིན་གསོལ་ཞུ་ཡིག་བཟོ་ལྷུལ་དང་བཀའ་  
 ལན་གསོལ་རས་ཕྱིར་ཕེབས། ཆབ་བཞུགས་གཞུང་སའི་  
 སྒྲུབ་ཀྱི་ཆབ་མདོ་བླ་དཔོན་ཁག་སར་ལེགས་དར་སྟོབ་  
 དེས་བཅས་ཕྱིས་བར་རིགས་འགྲ།

སྒྱུ་ལོ་༡༩༥༧ལོ་བོད་མེ་བླང་གནམ་ལོ་གསར་



ཆེས་ཞབས་བརྟན་ལྷ་ཁང་དུ་འདྲ་སྒྲུ་རིན་པེ་ཆེར་ཕྱག་  
 འབྲུལ་མཛད་སྒྲེ་དང་། ཆབ་བླའི་དབྱེས་སྒྲེན། ཇི་བླ་གཙོས་  
 སྒྲུ་དྲག་ཆོའི་མགོན་སྒྲེན་ལ་བཅད། འདི་སྒྲེར་མདའ་ཆབ་  
 འཁོད་དུང་མདེ་སྒྲེ་པེ་སར་གཏམ་འཁོད་ལྷ་བྱས་རང་འོག་  
 དཔུང་དམག་སྒྲེ་དགེ་དགོན་ཆེན་དུ་བསྐྱོད་པ་སོགས་ཙམ་  
 ཐལ་ལ་བརྟེན་ཀུན་གཟིགས་པཎ་ཆེན་རིན་པེ་ཆེ་གདན་  
 ཞུས་པ་མཁན་རྒྱུང་མཁའ་རབ་འགན་ཁ་ཆེད་འབྱོར་  
 གཏོང་། གཞུང་གནས་ནས་ཆེངས་དོན་རང་ས་རང་སྒྱུང་  
 ལས་པར་རྒྱལ་མི་འབྲས་པའི་བཀའ་རྒྱ་ཕེབས་འདུག་  
 ག་ཤིས་དཔུང་ཁག་དམག་རྒྱུར་འཕྱེན་སོགས་སྒྲེར་དབྱས་  
 མདའ་བྱེངས་པ་མངགས་སེང་བ་དང་། གཙང་མདའ་སྐྱོད་  
 སྒྱག་རང་འོག་དུ་བརྒྱ་དང་ཕྱིད་གྱུར་གསང་སྒྲུབས་གྱིས་  
 ཆབ་མདོར་བྲོས་འག སྒྲུར་ཁམས་དཔོན་སྒྲེས་ས་སྒྱུང་



བྱིངས་པས་བདེབས་མནར་བཏང་ལྷགས་སྟོན་ཡུལ་བཅས་  
 སྒོར་ལྗོས་ཞིབ་པ་ངེད་དང་མཁན་ཚུ་སྒྲེ་དོན། ས་ལྷང་  
 བཅས་ལ་མངགས། ཟླ་༡ པ་ནང་ངོ་ཟུར་གྱི་བཀའ་གསལ།  
 གྲང་ལུའི་གྲང་ཟེར་བ་དར་དགོན་ཆགས་གནས་གྱི་ཞི་  
 ཆེངས་ཆེད་སྒྲེ་དགོར་ཡོང་གྱ། མདའ་ཚབ་ས་ལྷང་པ་ཕྱག་  
 སྒྲེལ་འབྱོར་མིན་བསྟན་འདོགས་མེད་པར་སྐམ་ཐོག་ཏུ་  
 འཕྱལ་ཐོན་དགོས་པ་དང་བྱིངས་པ་ལྗོས་དོན་འགྲགས་ཏུ་  
 གནད། ཆབ་ཁྲིངས་ཆེ་གས་བཟུ་ཕུན་དང་། ལྷ་ཕུ་སྒྲེ་སྒྲེ་  
 རང་ལྗོས། སེར་ལྷོ་གྲ་ཆོས་མཛོད་ཉི་མ་དང་། རྒྱ་ཆེ་བལ་  
 དཔོན་ལྗོས་པའི་ཞུ་ཞིབ་དཔུང་འཆར་ཡུལ། ལས་བྱ་ཆོ་རེ་  
 མེས་སྒྲེ་སྒྲེ་བག་མེད་རྒྱས་སྒྲེས། རྒྱ་ཐོས་འགན་བལ་  
 ཞིག་ལག་ལེན་བསྟར་སྒྲེལ་བཞིན། ཟླ་༡ ཆོས་དེའི་ཆབ་  
 ཡོད་གཞུང་ཞབས་ནྟམས་རང་འགག་སྒྲེས་བྱ་ཏུ་ལྷར་



མགོན་པོས་གསེལ་ཆོགས་ཉིན་གཉིས་བཅུ་། འདི་སྒྲོར་  
 མངའ་བདག་སྐུ་དྲག་ཆོ་ཐུ་པད་ཅུ་དང་མ་གུང་སོགས་ལ་  
 རྒྱལ་སྐུགས་ཏུ་ཅང་ཆེ་བའི་སྐབས། ཏག་རྡིལ་ཕྱན་བུ་  
 བསགས་པ་མགོན་སྟོན་གྱི་འགྲོ་སང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལས་གུང་  
 བཟལ་བར་སྤང་། མངའ་བྱེདས་དང་སྒྲུབ་ཁམས་དཔོན་སྟེ།  
 སྒྲིང་སྐུག་དང་རང་དམག་རུ་བརྒྱ་ཆེས་ཚུངས་སྒྲོར་བཀའ་  
 ཞིབ་གསུམ་སྟེལ་རུ་མངགས་དོན་མཁན་སྟེ་བཀའ་རྡོ་  
 གཉིས་སྟེན་པའི་རེས་རང་། འག་ཏུ་འོང་བར་གསེལ་  
 ཆོགས་བཅས་ཞུ་བྱེ་ལེན་པའི་མ་རུང་ཁེངས་དྲེགས་གྱིས་  
 བསྟེམས། ས་ག་ཟླ་བ་ནང་མཆོན་ཉིད་གྲ་ཚང་གཉིར་  
 གསར་སྟོང་བརྗེ་ལེན་སྐབས་སྤར་སྟེལ་སྟོང་དཔང་དགོས་  
 བཀའ་ལྟར་ཕྱིན་ཐོག་རུས་བཟང་ཉིན་གསེ་སྟོང་སྟེམ་ལེན་  
 བཅས་མདོ་སྟེ་བརྒྱད་སྟོང་པའི་སྟེགས་བམ་གསེར་བྱིས་མ་



ལྷ་ག་འཇོག་དང་འབྲེལ་བྱ་མང་ལ་ཏམ་རེའི་སྐྱ་འབྲེང་  
 དུལ། མཁན་རྒྱུ་རུ་ཆོས་ཆབ་དགོན་སྐྱབ་མཆོད་ཁག་གི་  
 བན་དེ་དང་མཆོད་གནེར་གྱི་བྲལ་ཐོབ་ཁོངས་སྒྲོན་ཡོད་  
 དང་། གསར་ཆོད་བཅས་ཁག་བགོས་རང་མེས་མེད་  
 བཞིན་གྱ་པ་བྱ་དགོས་གྱི་ལམ་སྒྲོལ་སྒྲར་ལས་སྐྱ་བཏན་རུ་  
 བཏང་ཐོག་དགོ་འདུན་དཔེན་དཔྱགས་ལབ་ཕྱོད་མི་འབྱུང་  
 བའི་བྱད་ཡིན་ཚུལ་ཡང་སྒྲིང་ཁོང་དང་འགལ་བའི་སྒྲེ་  
 འོག་ནམས་ཆོ་ཁག་བརྒྱད་རུ་བགོས་པ་དང་། བན་བྲལ་  
 སྒྲོད་མིན་མཆོན་ཐོབ་བྲལ་དེ་དོན་སེར་གནས་མ་བྱས་ཕྱིན་  
 སྐྱབ་མཆོད་ཁག་ཆོང་མ་མཉམ་སྒྲེལ་འདོད་གཅིག་ཞུ་  
 འབྲལ་སོགས་གྱི་བསྐྱོར་ཕྱོགས་མཐར་སྒྲེལ་བྱ་རྒྱའི་མནའ་  
 གན་བཞག་ན་འབྲས་མིན་གྱི་འཆར་གཞི་དུལ་བར་ཇོ་བླས་  
 མ་བཏགས་པར་འབྲས་མཆོན་གནང་ཡང་། ཆབ་སྒྲའི་



ལས་བྱེད་ནས་གསེག་སྒྲིག་མནའ་གན་བཞག་གྲ་  
 འགྲིགས་མིན་གྱི་ཡ་མཚན་མངོན་ཞིང་། ལས་བྱེད་ཡིངས་  
 དང་ལྷག་པར་ངེད་མཁན་སྒྲོ་བཙས་ནས་མདོ་སྒྱུའི་ཕྱག་  
 ཉགས་དགོངས་དོན་བྱིན་རྒྱབས་མ་ཞུས་ན་ཆོག་མིན་ཇི་  
 དྲག་མཇུག་བསྟོན་ངན་སྒྱུར་ཡིང་རེ་བྱེད་ནའང་། དེ་འདྲའི་  
 གདོང་ལེན་བྱ་ཐབས་བྲལ་སྟབས་ཇི་སྒྲས་བྱང་གནད་  
 ཉགས་འཆར་གཞི་ཕྱག་ཉགས་བྱིར་བཞེས་གནང་བས་  
 ངན་གཡོ་ལམ་དུ་མ་སང་ངོ་། ལྷ་པའི་ནང་སྒྲུ་མདའ་བྱིངས་  
 སྒྱེད་ལྷན་ནས་ལྷང་དཀར་དུ་སྒྲོ་སྒྲོན་རྒྱགས་ཅེད་སར་བོས།  
 གོ་འཇོ་རྒྱལ་བ་དགོན་སྒྲ་གྲ་ནང་སྒྲོས་དཔུང་ཞིབ་འབྱུན་  
 གཙུང་བགྱིས། ཆོས་༡༡གཟིམས་༡༡ག་ང་ཡོད་དང་། རྒྱ་  
 དཔོན་གསར་འབྱོར་ཞིག་ལ་སྒྲོ་སྒྲོན་གནང་སར་ཡང་  
 བསྟོད། སྒྲ་བ་༧ནང་ཡང་ཇི་སྒྲ། ལས་སྒྱུ། ཆབ་གཞུང་



བཅས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཉིན་བདུན་ཕྱག་རེ་དང་། ཆོས་༡༡ཇོ་  
 ཟུར་ཆིངས་སྒྲིག་ནས་སྒྲུར་ལཱེར་ཆིབས་བསྐྱུ་མཇལ་ཞུས་  
 བཅད། ཕྱག་ཁྱུལ་གེ་མགོན་དང་ཚ་མདོ་མགོན་པོ་སྒྲོམ་པ།  
 སྒྲིབ་སྐྱུ་ཐང་ལྡིང་དོན་ལྡན་ཅན། ཕྱིལ་ཇིས་དབང་འདུས་  
 དང་། དཔའ་འཁོར་མཆོག་གྲུབ་ཁག་སོགས་ཀྱི་དཔྱད་  
 འཆར་ཡུལ། ལས་བྱ་མཁན་རྒྱ་སྒྲིབ་དོན་སྒྲིབ་མགོན་དུ་ལས་  
 འཕྲོས་ལྟ་སར་ཐེགས།

སྒྲིབ་ལོ་༡༩༥༤ལ་སྐྱབ་གནས་ལོ་གསར་ཆོས་  
 མཇེད་སྒྲིབ་དང་། ཉིན་དར་སྒྲིབ་རེས་སྒྲུར་འབྱུང་ཐོག་ཉི་སྒྲིབ་  
 འཕགས་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དགོངས་པ་ཞིང་གཞན་གཟིགས་  
 རྒྱལ་བསྐྱོན་སྐྱབས་ཆབ་བླས་དབྱེས་སྒྲིབ་གནང་མ་སོང་བ་  
 ལས། མདོ་སྒྲིབ་ནམག་ཉིས་དབུས་ལས་ལྟན་ནས་མགོན་  
 སྒྲིབ་རེ་མོས་བཞིན་ཆོས་༡༩༥༥ག་ཉིས་ལ་འདི་ག་ནས་



རང་འགག་མར་ཐང་སྒྲིམ་བྱ་བྱ་ལྟར་གཞུང་ཞབས་བཀའ་  
 ཐུང་བཅས་ཐོས་པའི་གསེལ་སྟོན་ཉིན་གཉིས་བཏང་།  
 འཆར་ཅན་ལོ་སར་ཉིན་འབྲེལ་ཞུ་ཡིག་ཤུལ་བར་ཐུགས་  
 རྗེས་འཛིན་པའི་བཀའ་ལན་སྒྲར་དང་འདྲ་མིན་ཞིག་སྟུལ་  
 བས་མཛུགས་བརྒྱན་ཟླ་སྦད་བཀའ་དྲིན་གྱི་བདག་ཉིད། དེ་རྗེ་  
 འཆང་བྲག་གཡེབ་སྐྱབས་མགོན་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་  
 མགོན་པོ་གང་དེའི་ནུམ་ཐར་པོད་ལོངས་ཁོ་བོས་བརྩམས་  
 བསྒྲིགས་བྱུང་གསལ་ལྟར་ངོ་མཆར་བའི་ཆོ་འཕྲུལ་དུ་མ་  
 དང་བཅས་དགོངས་པ་ཞིང་གཞན་གཏང་པའི་མི་སྟན་པ་  
 ཐོས་སོ། གྱེ་མ་ཉིན་བྱེད་ཆུ་ལྟའི་ཡང་པར་གཟིམས། གྱེ་རུད་  
 སྒང་དོར་མཆོན་པའི་མིག་དེ་ལོང་། གྱེ་མ་ཉམ་ཐག་དཔྱུས་  
 ལོང་འབྲོག་དགོན་འབྱམས། གྱེ་རུད་འཛིག་ཉིན་མ་རུངས་  
 ཐུར་གྱིས་མེད། སྒང་དོར་འབྱེད་པའི་འཤམ་ཚུལ་ཡིད་ལྡན་



ཞིང་། ཚུལ་མཐུན་གོམ་པ་ལེགས་འདོར་མཐུ་མེད་པ།  
 བདེ་དགའི་ཟས་གོས་གྱིས་ཤིངས་དུ་ཕྱག་ཆོགས། ལྷ་རམ་  
 ཐང་དུ་འདོར་འདི་ཅང་སྤྱོད་དམ། མགོན་པོ་ཉི་མས་བཏང་  
 བའི་ཕ་རོལ་ན། གཞན་གསེས་སྒྲོབ་བྱ་སྤྱོད་སྤྱོད་མགོ་ཕྱག་  
 དམད། ཆོས་མིན་ལུན་པའི་མིག་ཅན་སྒྲོ་དགས་ཅེན། སལ་  
 ཆེར་སྤྲིག་སྤྲིག་བག་མེད་གཉིད་ལ་ཡུད། རྒྱབ་འཛོམ་ཉེན་  
 བུལ་ཉམ་ཉེས་གཡང་གཟར་པོར། གང་གི་བཀའ་དྲིན་  
 གཟིགས་བསྐྱངས་ཁོ་ནས་སྒྲོག་ བཟུང་ཙམ་རེ་འདྲན་ལྷག་  
 མས་བླ་གོས་གྱི། ཚལ་བྱ་དག་ལ་འཇུ་འདི་མ་གཟིགས་  
 གགས། ད་ནི་ལྷགས་གྱུ་བུལ་བའི་སྒྲང་པོ་ནམས། ཆོས་  
 འཕྱོར་པར་དཀར་པོའི་དོགས་ཅན་དུ། གྱུ་གྱུའི་སྤྲུལ་གྱིས་  
 པད་ཅུ་འཛོལ་ལ་རིངས། སྤྱན་གསལ་ཨུཊུལ་ཆོགས་  
 ནམས་ཁོ་ཐག་ཆོད། སྤྱན་འབྲས་ཉྱེར་དགོངས་མངའ་



འབང་ལུག་གི་བྱ། འཕྲེག་སྦྱོང་གཏོར་གསུམ་ཐུབ་ལ་ཕོ་  
 རོད་དུ། རྩོམ་ལ་ཇག་བྲམ་བྱི་སྦྱང་ཁ་འདྲིལ་གྱིས། ཉམ་བ་  
 འག་ཚེ་གནས་དེ་གམ་ན་འདུག། དུལ་གྲོས་ཁུ་ཞང་ཚ་  
 སྦྱང་བསྟར་ལེགས་བྱས། ཞུ་གནང་བགྲོས་ཚུལ་རྩེ་  
 འབངས་ཐུན་མེངས་ནོད། གསེར་ནག་པ་ཐོང་ཆེན་པོར་  
 རང་འདོད་གྱི། ལྷ་གྲི་གཡུག་པའི་དུས་དེ་ཐག་མི་རིང་།  
 ངན་མཐུན་ཞུགས་གྱིས་རབ་འཛོད་སྒྲ་འབངས་སྒྲུམ། རྒྱ་  
 ཐབས་ཆང་དུ་བསྟལ་བའི་བསིང་ཁུ་ནམས། གཞན་སྟེར་  
 རང་ཡང་ངོམ་པ་མེད་འཐུང་བའི། ས་ཞིབ་ཆང་སྟོན་དེའང་  
 ཉེ་བར་བཅད། དེ་རྩེའི་སྒྲ་བ་ཤིག་དགོངས་གཞི་དགོས་  
 པའི་མཐིལ། འཆི་བ་རྩེས་དུན་བསྟལ་ལུག་ཡང་ཡང་གིས།  
 མད་བྱང་ཐེག་པའི་བཞོན་པ་ཕྱར་བསྦྱོང་དེ། མགོན་པོའི་  
 རྒྱལ་རྩེས་བསྟེགས་ན་བེན་དུ་དེ། ཕྱི་སྒྲུའི་ཆོས་བཙུ་ལྷ་སྒྲ་



འཇོན་དང་བསྐྱུན་དགོངས་ཇོགས་སྐྱ་དམིགས། ཆབ་  
 དགོན་དགོ་སྦྱང་མང་འཆོགས་ལ་ཇ་བྱག་བསྐྱེན་བཀྱར་  
 དང་། ཀམ་རེའི་སྐྱ་འབྱེད་ལྱལ། ཁམས་ཁྱལ་ཇོང་སྒོ་ཁ་  
 ་ལས་སྐྱ་ས་མི་སྡེ་ཞིབ་བྱ་འདོད་བྱག་ཁྱལ་ས་ཞིབ་གནང་  
 ན་དཔེན་ངན་ཆོའི་འདོད་པ་ཡིད་བཞིན་འཇོ་བ་ཞིག་ལས་  
 ཟླ་འབང་གཉིས་གནོད་གྱི་རྒྱུར་མཁྱེན་སྐྱབས་ཇེ་དམ་པ་དེ་  
 ཉིད་ནས་ས་ཞིབ་མ་འཁོར་བ་ཞེས་འབྱགས་ཆེའི་ཞུ་ཡིག་  
 དེམ་ཕེབས་འཕྲལ་བཏང་བདེ་མིན་ཅམ་ཡིད་ལྱུར་ད་ཆ་  
 ་ལྱལ་བསྐྱད་མཇོད་མགོན་ཆོས་གོང་ལས་གོ་ལྷོག་སྐྱུན་ཞུ་  
 འབྱོར་ཆོད་བཀའ་ཞིབ་གནང་གསལ་ལ། ཁོ་བོ་བྱག་  
 གཡལ་རང་དུ་འབྱོ་འདོད་ལྷོཌ་ལ་མེ་འབར་འགོན་ཏུ་ཆེ་  
 བཞིན། ཇོ་བྱུར་ལ་ཉེན་ཆས་མེད་མི་དམའ་ཅམ་གྱིས་ཞུས་  
 གྱང་། བྱིངས་པར་སྐྱར་ནས་ཁས་སྦྱངས་བེན་ཆོད་བཞེན།



རྫོང་དེའི་ཞིབ་པེ་དེ་ཁོངས་དཔེན་པོས་བྱེད་པ་ཕྱན་བྱུང་  
 འདོད་ཕྱོགས་མི་འགྲོ་ཐབས་མེད་དྲང་མིན་སྒྲིང་ལྷག་ཡོང་  
 དེས་དེ་ལས། བྱེད་རང་ལ་ལྷོ་རྫོང་ཁུལ་གྱི་ས་ཞིབ་པར་  
 བསྐྱོ་བཞག་བྱས་ཟིན་འཕྲལ་བསྐྱོད་འགབ་ལྷགས་བདེན་  
 མདོག་ཁ་བའི་བཀའ་ཕེབས་དེ་རྫོང་བྱག་སྐྱི་དང་མགོན་  
 ཚབ། ལྷེ་དྲུང་ནམ་པ་ཚོ་མདའ་དཔེན་བྱངས་པའི་ལས་བྱུང་  
 ཁོངས་རྫོང་དོན་སྒྲིན་རང་ཉིད་ལྷོས་པར་བཅས་པའི་ས་  
 བདག་ཚོ། ས་མི་པར་འཁོར་བསྐྱར་བཞག་ངན་བསྐྱོན་  
 སོགས་ཁུལ་བྲིམས་བསྐྱུ་གཏོང་ལ་སྐྱར་ལྷག་གྲུ་བཞི་  
 ལམ་མེའི་འཐུས་ཀ་བདེ་ཚང་བྱུང་འདུག་པ་དེད་ལ་འབྲུ་  
 ཁུལ་ཆིག་བྲི་ལྷག་པའི་འབྲལ་འཛིན་འཛུགས་རྒྱ་མེད་  
 པས་ལན་པར་སྤང་། ལྷོ་རྫོང་ཁུལ་རང་དོན་གཉེར་བྱུང་ས་  
 མི་སེན་རྒྱ་ཙམ་དང་། འདི་སྐྱོང་དེ་འདུལ་སྐྱམ་པ་སྐབས་



དེར་སྤྲུང་མེད་ཁར་འཁུལ་གཞིས་རྒྱུ་རེད་དང་། གཞུང་  
 སྒྲེར་ཆོས་གསུམ་མི་འདྲེས་ཆེ་ས་ནིབ་རྟོག་འཛིངས་མགོ་  
 ནའི་རྒྱུ་ལས། ལས་འགན་བཟང་མཐའ་འདུས་མིན་དངོས་  
 མཐོང་འགོ་འཆོར་དགོངས་པ་ནན་ཞུས་བྱས་རྒྱུ་མ་ཁྱོལ་  
 ལས་བྱ་བཏའ་མགོན་རྗེ་གོང་པ་དང་། འཕྲོ་རྒྱུ་རྟོག་  
 གོང་བཅས་འཕྲུལ་ཐོན་དགོས་པའི་བཅོན་བཏའ་ཐོག་  
 རྒྱགས། ཟླ་འཆོས་༡༢ཆབ་མདེ་ནས་ཐོན་གྲུམ་མདའ།  
 གནམ་མཆོ་ལ་བཟུལ་ལ་སྦྱང། ལྷ་མདའ། བ་འག། འབྲུག་  
 ལ་བྱེ་ལ་གཉིས་བཟུལ་དཔོན་ཐོག་ཁ། སྤྱེལ་ལ་བཟུལ་ཤ་  
 ཁོ། ཚལ་ཏྲ་ལ་བཟུབ་དམར་རིལ། ཡི་དྲགས་ལ་རྒྱབ་  
 ཞབས་བཅ། རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་ཁ་རྩམས་སྤྲུ་ཞག་མལ་རེས།  
 ཆོས་༡༤རེད་འཕྲུང་བད་མཚམས་སྟེ་རྫོང་སྤྱེག་འཕྲུ་  
 དང་། དགོན་ཡུལ་མི་དྲག་གི་བསུ་བར་བཅས་སྟེ་རྫོང་



འབྱེད་ཞིང་གོང་གསལ་ནམས་ཀྱི་ཉིན་གསལ་བྱངས། ས་  
 ཟླའི་ཆོས་ལྷེང་འབྲས་ནམས་འཇོམས་དགོས་བཞོད་  
 གཏོང་འབྲེལ་བཞི་དགོན་དུ་མགོན་ལ་ཕྱིན། དུས་བཟང་  
 ཉིན་དགོན་གྱ་ནམས་དང་བྱིམ་པ་སྦྱང་བར་གནས་པ་  
 བཅས་ལ་གྲ་རེར་སྐྱ་འབྱེད་དངུལ་ཞོ་གསུམ་རེ་དང་།  
 བྱིམ་པ་ནམས་ལ་ཞོ་འདེ་ཡུལ། ཕྱི་ཉིན་ནས་བཅུ་མས་  
 བཀའ་རྡོ་དང་རྡོ་ནས་ཉིན་གཉིས་རེ། ལྷོ་ག་དཔོན་ནམ་  
 མཐོང་གཉིས་ནས་ཉིན་གསུམ་རེའི་མགོན་ལ་ཕྱིན་ཅིང་འདི་  
 ནས་ཁྱངས་སེ་སེར་གསལ་དོད་ཡུལ། དེ་སྒྲན་ས་ཕྱི་ལོར་  
 མཁན་ལས་ལྷན་ནས་འཁོ་མདོ་ཁྱལ་གཙོར་སྦྱར་དུ་ས་  
 ཞིབ་སེན་བསྐྱོར་ལམ་བྱས་ཀྱི་ཞིབ་གཞུང་ཡོད་བཞིན་སེན་  
 འགོ་གསར་བསྐྱོར་དགོས་དོན་མི་འདུག་གྱང་། བཀའ་  
 མགོན་མཆོག་ཁྱལ་འདིར་ཡུན་བཞུགས་ཆོང་བསྐྱོར་



ཐབས་ནམ་རྒྱ་ཆེན་པོས་སྒྲེར་པའི་གཟིམས་འགག་དེ་ལྟ་  
 ནམ་ཐོས་སྒྲུས་གྱི་བང་མཛོད་ལ་འགྲན་པ་ཞིག་བཟོ་འདུན་  
 ཐུགས་བསྐྱེད་ནམ་མཁའ་ལྟར་ཡང་པར་བཏེན་ཇོང་ལའང་  
 སྒྲན་ཏེ་མགོན་གཅིག་སྒྲོན་གྱི་སེན་དེབ་ཏེ་བག་ཆེ་བས་  
 གསར་དུ་སེན་བསྒྲོར་མ་བྱས་ས་ཞིབ་བྱ་ཐབས་བྲལ་བའི་  
 རྒྱ་མཚན་མང་པོ་བཛོད་དབང་དུ་འོང། བྲལ་འདིར་སྒྲེར་  
 ཆོས་དང་ས་འབྲེལ་ཆེ་རྒྱན་སེ་སེའི་ཁེ་ཕན་འཆོལ་བྱིང་།  
 ཆབ་སྐྱའི་སྒྲུ་ཆབ་ཅེ་མགོན་པདྨ་དེ་ཇི་དང་། དཔའ་འཁོར་  
 མགོན་གྲུ་ལྟ་བུས་སྒྲ་བྲང་སེ་སེའི་བཀའ་གཏན་ཡིག་  
 དེགས་ཇིག་པོ་དང་བཅས་ཏེ་འབྱོར། ཆོས་འཇུག་ལྟོ་ཇོང་  
 བྲལ་གཞུང་སྒྲེར་ཆོས་བཅས་ནས་ས་མིར་སྒྲུས་བསྒྲུངས་  
 མི་ཞུ་བ་དང་། སེན་བསྒྲོར་སྒྲུབས་ས་བབ་རྒྱས་མངས་  
 དེགས་རམ་བྱ་མི་འོས་ཤུལ་ནམས་ལས་སྤྲུག་ལབ་སྒྲེང་



མི་ཡིང་བྱང་ཟན་སྒྲིལ་ཡུལ་བའི་བརྟགས་ཐོན་ནམས་ནས་  
 སེན་འགྲོར་ཉི་སྒྲོར་ཕྱོགས་ལྷུང་གཡེ་བྲམ་མི་བྱེད་པའི་  
 གན་རྒྱ་ལྷངས། སེན་བསྒྲོར་བྱ་ཡུལ་ཡང་ཐོག་མར་སྒྲིང་  
 ་ཤིས། དབང་ཤིས། གཡས་སྒྲིང་ལྷིང་འོག་གསུམ་ཟན་  
 བརྟགས་ཡུལ་བས་གཡས་སྒྲིང་ཐོན། སེན་བསྒྲོར་ཞུ་མི་  
 ལྷིང་དཔོན་དང་འབྲས་མི་ཉི་ཤུ་སྒྲོར་གསུམ་དུ་ཁག་  
 བགོས་སེ་སེས་ཞིང་དེར་ས་བོན་འདི་འགྲོ་ཁལ་དང་བྲེ་  
 ཡུལ་བཅས་གྱི་དེའུ་སྒྲིང་བཅུག་ཐོག་ཏེ་བག་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ན་  
 བསྐྱར་བསྒྲོར་དང་། མང་བར་འབྲིང་པོའམ། གསུམ་  
 བསྒྲོམས་སུམ་ཆའི་ཐོག་ཆགས་འཛོག་བྱ་ཕྱིས་གྱིས་ཆོས་  
 ག་འཛོག་ཐོན་ཡར་ལམ་ཚབ་གོང་པའི་སེན་བསྒྲོར་སྟག་  
 འདྲ་གཞུང་དུ་བསྐྱད། ཆོས་འཇུག་འཕྲོས་དང་། རྗེ་ཐོ་བྲ་  
 ཚང་དང་ཕྱོད་ཅན་ཤིག་གཞུང་། དཔའ་འཁོད་དང་ཕྱོད་



ཅན་ཡུར་ཆེན་ཡས་མས་སོགས་ལ་བལྟ་ཞིབ་གྱི་ལྷགས་  
 བྱས། ཕྱི་ཉིན་ཇི་དགོན་དང་ཕྱི་ཅན་བྲག་གཞུང་། དཔའ་  
 འོད་དང་ཕྱི་ཅན་སྒྲེམ་མདའ་ཐང་བཅས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
 དང་། གཡས་སྟོད་པའི་སོན་འཕྲེས་བསྐྱར་ཏེ་ཏ་ཚག་རི་  
 ཁྲོད་དུ་སྐྱབས། ཕྱི་ཉིན་བཅག་མལ་གྱིས་རི་ཁྲོད་དགེ་སྦྱོར་  
 ནྐམས་ལ་ཉིན་འཁྱེདས་བསྟེན་བཀྱར་དང་སྐྱ་འབྱེད་ཁམ་  
 གཉིས་རེ། ཏེན་མདུན་བརྒྱ་མཆོད་བཅས་ལྷལ། འདི་སྐྱོར་  
 ལས་བྱ་སྒྲོག་གྲོད་དང་བཀའ་དྲིའི་སྐས་ནྐམ་གཉིས་ལ་  
 སྐམ་ཏྲགས་ཁྲོད་རོགས་ཟེར་བ་བཞིན་བར་བར་དེ་སྐྱུང་  
 ཅམ་ཁྲོད་གྱུང་། དཔེར་བཞིན་མི་འགོད་པ་དང་། ནན་  
 བསྐྱལ་རེ་ཟུང་བཀོད་གྱུང་དེན་ཐོག་བསམ་བཏང་གཏན་  
 ནས་མེད་པར་དཔེ་ཏྲགས་མཚམས་ནས་ཅི་ཟེར་བལྟ་བ་  
 ཅམ་བྱེད་པས་བྱང་འབྲོད་ལ་ཞིང་ཆེད་རྒྱགས་སྐྱངས་སྒྲོབ་



ཐུབ་པ་སྲུ་ཞིག་ཡོད། དཔའ་གཞི་གཡས་གསུམ་གྱི་ཕྱོད་  
 ཅན་གེས་གྲུ་ནང་དུ་འདྲེན། ཟླ་ཡེད་ནང་བཅོན་ནང་དང་།  
 ཉེ་དཀར་གཞུང་། དེལ་མཐོང་། ཇི་ཐོར་ཆེད་བསྐྱོད་འགྱིང་  
 སོགས་སྲུ་སོན་བསྐྱོར་བགྱིས། ཆོས་་་ཡེ་ཉིན་གསེ་སྐྱོད་དང་  
 འབྲེལ་ཇི་ཐོར་དགོན་དུ་ཉེན་དུང་བརྒྱ་མཆོད། དགོ་འདུན་  
 ཡོངས་ལ་མང་ཇ་གཉིས། སྐྱུ་འབྱེད་ཞོ་གང་རེ་ཡུལ། དེམ་  
 གྱིས་ཀག་ཡོང་། དཔའ་ས་བགྱིས་ལྷས། བཟ་ཀོང་། རེ་  
 ཁོངས། རམ་དཔའ་འཁོད། རོང་ཆུ་མདའ། བྱུང་ཙྏ། དཔའ་  
 ཐོག་ཟུར་མདའ་དང་གྱུང་དཔར། ། ཟུང་མང་། གནས་ནང་།  
 ལྷོ་ཇོང་ས་ཁོངས་དཔའ་འཁོད་ལ་ཆུ་བྱི་བཀའ་བྱའི་  
 དགོངས་དོན་ལེ་རེར་གཞུང་ཐོགས་ཁལ་༡༥༠རེ་འབྲུལ་  
 འབྲས་སྲུ་ཁ་འཛིན་སྐུལ་བ་ཐལ་བ་ཐང་དང་ཁང་སར།  
 ཐུག་ནག་ཟླ་གཞིས་ཀོ་ཅེ་སོགས་གྱི་ས་སོན་བསྐྱོར། ཆབ་



དགོན་ཆེས་ཁྱི་དགོན་ནས་ཕྱི་མགོན་པད་དེ་བརྒྱད་སྟེར་དུ་  
 སེན་བསྟེར་མ་དགོས་ཆུ་ཕག་སེན་དེབ་ལ་ཆགས་འཛེག་  
 གྲུབ་པ་ཞེས་དང་། གུར་སེར་ཐང་འཁོམ་དེའི་འཛིན་ཁོངས་  
 མདེ་སྟེ་ས་ངའི་བཀའ་གསལ་བཞིན་ལ་སེན་བསྟེར་མ་  
 དགོས་པ་ཞེས་ཇི་དགོན་ནས་ཞུ་བ་སེ་སེར་དེད་ནས་  
 འཐུས་ཁས་བླངས་བཞིན་བའི་འདྲོད་རུམ་སེམས་ཁོ་ནས་  
 བཀའ་དེས་གསེག་སྟོག་དབང་དེམ་དགོན་འབྱེད། དེམ་  
 པར་བདེ་སྦྱངས་དང་། ར་བྲམ། དགོན་འདབ། མགུལ་སྟོད།  
 མཁར་དག། བྱང་དཀར་སེགས་སུ་སེན་བསྟེར་བཏང་།  
 དེམ་དགོན་ནས་སྟོ་སྟོན་ཉིན་ཡང་། ཆེས་༡༠ཉིན་དེམ་  
 དགོན་ཉིན་རྒྱུ་དུ་མཆོད་སྟོན་བརྒྱ་ཚར་དང་འབྲེལ་དགོ་  
 འདུན་ཡོངས་ལ་མང་ཇ་གསུམ་དང་། སྟེ་འབྱེད་དེལ་  
 པད་ཞོ་ཡེ་ཡུལ། རྒྱ་མིག་ནས་ཐང་སེགས་སུ་སེན་



བསྐྱེད་འབྲེལ་ཡུལ་སྤྱིང་དགོན་དང་། བྱ་ཕུང་དགོན་དུ་  
 འབྱེད་ཞིང་དགོན་པས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཉིན་གསུམ་བསྟར། ཆོས་  
 ༡༧ ཉིན་གསུམ་མདུན་བརྒྱ་མཆོད་དང་འབྲེལ་དགོ་འདུན་  
 འཛོགས་པར་ཇ་གསུམ་དང་། སྐྱ་འབྲེད་ཞེ་གསུམ་རེ་  
 ཡུལ་ཞིང་རིམ་པར་སྤྱོད་ཇོང་དུ་སྦྱར་འབྱེད། འཁོག་ལྡ་དང་  
 མངོས་འཁོག་ཁུལ་སོན་བསྐྱེད་ལ་ཇོང་དང་སྤྱོད་གྲོང་།  
 དེད་གྱི་ངོ་ཚབ་སྦྱང་འགོ་དཔོན་ལྷ་རྣམས་མངགས། རྒྱུ་པ་  
 རང་དབང་དགོན་གྱི་ཉི་འདབས་སུ་བསྐྱོད། དབང་དགོན་  
 སེ་དགོན་ཟུང་དང་དབང་འཁོག་པའི་སོན་བསྐྱེད་འབྲེལ་  
 དགོན་གཉིས་སུ་མང་ཇ་བརྒྱ་མཆོད་གྱི་ངོད་དང་། བྱ་རེར་  
 ཏམ་རེའི་སྐྱ་འབྲེད་ཡུལ། ཆོས་༡༤ མ་འབྲུང་བར་ཚུ་བྱང་  
 དུ་བསྐྱོད་ཕྱིས་བྱང་བཀའ་རྡོའི་ཆོང་རྩལ་རྣམས་ཕྱོགས་སུ་  
 ཐོན་གཏུགས་ཉིན་འགས་འབྲུངས་པས་བསྐྱེད་པ་བཞིན་



ཁ་བ་ཆེར་བབས་ལ་མ་ལྟོས། ཆོས་༡༥༥ ཞིག་ལ་བརྒྱལ་  
 ཞ་ཉི་ཐང་དུ་བསྐྱད། ཕྱི་ཉིན་གསེར་དེལ་ཟེར་སར་འབྱོར་  
 ཞིང་ཕྱོགས་དེའི་ས་བོན་བསྒྲེར། མི་སྒྲིམ་དུ་ཆུའི་ཕ་རོལ་  
 གྱི་སོན་བསྒྲེར་སྒྲི་ཚབ་དང་འབྲུས་མི་ཆོས་ཆེག་ཐབས་ཞུ་  
 མེས་འབྲུས་ཁས་སྒྲངས་གྲུང་བཀའ་དྲོས་གསེག་སྒྲིག་ངར་  
 ལང་ཁོང་ཉིད་དུ་ཆུ་ཕར་ཕྱོགས་སོན་བསྒྲེར་ལ་ཐེགས།  
 དེད་ལྷོ་ཁྲོང་དུ་སྐྱར་འབྱོར། ཟླ་༧ ཆོས་༡༥ ཟླ་འཛིན་དང་  
 བརྒྱན་གསེ་སྐྱོང་དང་བཅས་བརྒྱ་མཆོད་ཡུལ། ཆོས་  
 ༡༥ ཉིན་ངག་ཆོགས་ལ་ཉེས་རྟགས་བཏང་བས་ཁྱོགས་  
 འོ། དེ་ཆེ་ཁོངས་ཞབས་ཟམ་པ་དང་། ལྷོ་ཁུལ་ཆུ་བྱང་  
 བཞི་ར་བ་གཉིས་ཁུལ་སི་འདུར་ཕྱོགས་སྒྲོས་པའི་ཞུ་བ་  
 གྲངས། བཞི་དགོན་གྲུ་ཞིག་དང་ཁྲོང་གི་ཁང་གཉིར་གཉིས་  
 གྲོས་ཞིབ་སྐབས་བཀའ་དྲོ་དང་ཁྲོང་གིས་ཕྱི་མར་རྒྱབ་



གཉེར་ཆེ་བ་འདྲ་མ་ཆགས་པར་བརྟེན། རེད་ནས་གསེག་  
 སློག་དགོན་གྱ་ཚུལ་བྲིམས་གྱི་བདེན་རྒྱུ་དཔྱད་ཁྱ་བཏང་  
 བར་ཁོང་ནམས་ཁོག་ཞུགས་ཁང་གཉེར་ནས་ཆོད་གན་  
 མ་ཞུས་ཆབ་མདེ་བྲིམས་ས་གོང་མར་ཐོན་ཕྱིན་ལ་ཇོ་ལྷན་  
 ནས་ཏེ་ལུག་བརྒྱ་བཏང་། ཡར་བཟངས་བརྟེན་བཙན་གཞོན་  
 སྒྱུད་ངན་ལ་གཟི་ཟེལ་བསྐྱོན། སྐབས་དེར་ཏེ་ཅང་དགའ་  
 སྒྲུང་བྱུང་ཡང་ཞིབ་ཏུ་བསམ་ན་གཡག་ཆན་འགན་པའི་  
 ལག་སྒྲུང་ལྟ་བུ་རང་ལ་སྐབས་འོང་སྟེལ་བ་གོང་གི་མཛོད་  
 རྟངས་འཁོར་ཏུ་ཐ་ཆད་རང་དུ་འདུག ཞིབ་ལྷན་དུ་སྟེ་ཇོང་  
 ཡུལ་སྟེ་ནས་གསོད་དོད་འབྲུ་ཁལ་༤༠༠འབྲུལ་འཛོན་  
 བཙུག་པ་ཇོང་ལའང་གསེལ་སྟེ་ག་སྟེང་བཞག་འཁོས་མིན་  
 ཞེས་སྟེ་ག་སེས་འབྲུ་ཁལ་བརྒྱ་སྟེར་དཔའ་ཆབ་དགོན་ཆོན་  
 ཁག་གྱུང་བགོས་ལཱི་ཁོངས་བཙུག་པའི་འདེད་ཁྱའི་སྟེང་



ནས་བཀའ་མགོན་ཞབས་གཉལ་ལ་བསྐྱུ་བཅུག་པ་ཡུལ་  
 བྱེའི་ཁལ་ཐོག་བསྐྱུས་ཏེ་སེ་སེར་རུའི་ཁལ་ཐོག་བགོ་སྒྲལ་  
 སྒྲོད་པར་བར་བྱུང་ལྟ་བུར་ཅམ་ཡོད་སྒྲོད། ཡོ་མཇུག་རང་  
 གཞིས་ནས་བྱིད་པ་འཁོམ་ཏེ་ཁོངས་མི་དགོན་མཆོག་རྒྱལ་  
 མཚན་ཞེས་སྒྲེར་གྱི་དུང་ཡིག་བྲིས་དང་བད་དག་ཆེས་  
 ཡེགས་འཁོག་ཡོད་པ་གཞི་ནད་སྟེང་ཨ་རག་བརྟུང་ཐལ་  
 བྲིས་ཆེས་མ་བེན་དེ་ནས་ལག་ཐོགས་འཁོར་ཏུ་ཆེ། ཉེར་  
 དགུའི་དགུ་གཏོར་ལ་ཇོང་དུ་བསྒྱུད་མཇུག་འཆམས་སྒྲུ་  
 བརྒྱ་དང་སྐུམ་ཅུ་སྒྲེར་ལ་མགུལ་དར་བྱུག་འཁོར་དང་།  
 འཕྱིན་ལས་རྒྱལ་པོར་སྒྲོན་འཁལ་ཨ་འཁོར་མཆོད་དོད་སྒྲོད་  
 ལྟ། ཇ་སྒྲུག། འབྲུ་ཐུམ་གསུམ་བཅས་ཡུལ་ཏོ། །

གྱི་ཡོ་༡༥༥༥ཐོད་ས་ཡོས་གནམ་ཡོ་གསར་  
 བཞད་སྒྲུབས་ཏེན་འབྲེལ་རང་འཁོག་ཏུ་དགོ་སྟེང་བརྒྱད་གྲུ་



གདན་འདྲན་བསྟེན་བཀུར་ཚོགས་མཆོད། རྫོང་དང་ལྷོག་  
 གོང་། ལྷོག་དཔེན། ལྷིང་ཁག་ནང་ཟན་དགོན་པའི་ལས་སྟེ་  
 བཅས་ནས་ཉིན་དར་བྱུང་བར་དགར་སྟོ་བཅུ་གསུམ་ནས་  
 ལཱ་བཅུ་གས་བར་རིམ་འགྲོས་སུ་བསྐྱབས། རྫུང་འདས་པའི་  
 མཆོད་བསྟེར་དགོན་དུ་མང་ཇ་སྟེ་འབྱེད་ལུ། ཆོས་  
 འནས་བཅུ་མས་ངེད་དང་བཀའ་དྲི་རྫོང་འབྲིས་ལྷིང་  
 བརྒྱད་བཅས་བོས་པའི་གསེལ་སྟེན་ཉིན་འདི་བཅང་།  
 ཆོས་༡༥ཉིན་གསེ་སྟེང་དང་བཅས་བཞི་དགོན་དུ་མང་ཇ་  
 དང་སྟེ་འབྱེད་དངུལ་ཞེ་རེ་ལུ། བར་འདིར་ཉིན་ཐོ་མ་རྟེད།  
 ཟླ་༥ཆོས་༡༡ཉིན་སྟེད་བྱེད་པ་ནན་རང་ལོ་༧༥སོན་པ་  
 དེ་ཆམས་རིམས་དྲག་པོས་བཅུ་རྟེན་ཆོས་མ་བེན་པའི་མི་  
 སྟན་པ་ཐོས། ག་ཤེགས་ཁར་ངོ་འཕྲད་ཅིམ་ཡང་མ་ཐུབ་  
 པ་འདི་འང་གཞུང་ཞབས་དང་། ལྷོ་རྫོང་གི་ས་ཞིབ་ཞེད་པོ་



བཀའ་དྲིན་བསམ་བཤེད་ལས་འདས་པའི་ཆ་འགས་ཡིན།  
 བརྒྱུད་ས་ཕྱག་འབུམ་ཕྱག་བདུན་དང་སྦྱང་གནས་དཀར་  
 ཕྱོགས་ཆ་བརྒྱ་སྟོགས་ཀྱི་དགེ་སྦྱབ་དེད་སྦྱལ་སྦྱ་རིན་པོ་  
 ཆེས་ཆ་ཙམ་མི་བསྐྱུན་པ་ཞིག་ཡིན་སྟབས་རྒྱ་ཆེའི་སེམས་  
 རྒྱ་དགོས་དོན་མི་འདུག་ཀྱང་། དྲིན་ལན་ཕྱན་བྱ་གསེབ་  
 སྦྱང་དམིགས་ཇི་པོ་ནམ་གསུམ་སྟོགས་སུ་མཆོད་འབུལ།  
 དད་མེས་ཡོད་པའི་བླ་མར་མགྱོགས་བསྟོ། འབྲས་སེ་  
 དགའ་གསུམ་རྒྱུད་སྟོད་སྦྱང་བཙས་སུ་མང་ཇ་འབྲེལ་  
 མཆོན་ཞུ་ཕྱིར་བཞི་དགོན་གྲ་རྒྱལ་མཆོན་འཁོད་ཕྱོལ་གྱིས་  
 མངགས། བཞི་བཀྲམས། དེམ་འདྲ། ཇི་པོ་དགོན་སེ་སེར་  
 སྟོང་མཆོད་དང་འབྲེལ་བའི་མང་ཇ་སྦྱ་འབྱེད། འཁོ་མདོ་  
 མགོན་དུ་འང་མང་ཇ་སྦྱ་འབྱེད་ཀྱི་དོད་བཙས་སེང་ཞིང་།  
 རང་འགག་ཏུ་ཉིན་འགས་གསེ་སྦྱང་དང་འབྲེལ་དགེ་འདུན་



ང་ལོས་མཚམས་གདན་ཞུས་སྐྱེས་ཆོན་ལ་བཙོན། འདི་  
 དག་གི་ཆོ་སེན་བསྐྱེད་ཟེན་ནས་རྒྱ་གཞུང་སློག་ཕུར་  
 བཏེན་ལས་སློག་སོགས་ནས་བྲེ་གང་སྤར་ན་རྒྱ་ཕྱིད་  
 ལོངས་པ། དུལ་གང་སྤར་ན་བཞི་ཆ་ལོངས་ལྟ་བུ་སོགས་  
 ལ། དེད་གྱིས་ཁལ་གཉིས་བཅུག་ན་ལྷ་ཆ། ཁལ་འབཅུག་  
 ལ་རྒྱ་ཕྱིད་དུ་བཙོ་བདེ་ཞེས་སོགས་ཆོང་སློག་པ་འདྲ་བ་  
 དང་། སློག་དཔེན་ལ་ལྷིང་ཁག་རེར་ངན་བདག་ས་ཞིང་རེ་  
 ཡོད་འདུག་པ་བཀའ་དྲི་སོགས་ལ་བྲིག་བྲིག་ཟེན་ཉམས་  
 གྱིས་གཞུང་ཐོགས་ཕྱན་སྤར་རང་འཇགས་བྱ་ཅིས་འདུག་  
 པར། འདི་གས་ཕྱིར་སློག་གསར་ཁུངས་འཇུགས་མ་ཐུབ་  
 ཆོ་ས་ཅི་ཞིག་ཞིབ་ཅིས་ངན་འཐེན་གྱིས་མཆོན་མི་སེར་ལ་  
 བུམས་བཙོ་བྱེད་ཁུལ་ཡང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དེད་ཆོས་  
 མོས་ཆེ་བའི་འཁྱགས་གྱིས་དགོན་ཁག་གི་ཆོས་གཞིས་



ཕྱིད་ཅན་ཆོར་ཆོས་རྒྱན་ཉམས་ཆག་གཏོང་སྒྲེས་མ་བཟེད།  
 གནམ་བསྐྱོས་སྒྲེ་པ་གཞུང་བསྟན་པ་མཆོད་སྒྱུན་གྱི་བདག་  
 དེ་ཟེར་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད་པས་ཞེས་ལེན་བཤུགས་དཔེར་ན།  
 རྒྱ་བྱང་ལྷིང་ལོག་གསལ་དེལ་ཟེར་སར་བཞི་དགོན་གྱི་ཕྱིད་  
 ཅན་ཞིང་གསུམ་ལྟུག་པ་དགོན་པར་སྦྱར་རྒྱང་ལྷ་བྱ་དང་།  
 བཀའ་རྗེས་མཆོན་པ་རྣམས་གྱིས་ནི་རེད་གྱིས་དགོན་པར་  
 བྱེད་པ་བཞིན་དཔོན་ངན་ལྷིང་ཁག་མི་དྲག་རྣམས་ལ་  
 མཛོད་སྦྱབས་འཁྱགས་མ་བྱུང་བམ། རང་གིས་བྱང་མི་རྒྱུ་  
 རེད་བལྟས་ལག་ལ་ཞིག་དེ་དབང་བཏང་བ་བཅས། མདོར་  
 ན་རེད་གྱིས་གཙོ་བོར་དགོན་པ། བཀའ་མགོན་རྗེ་བྱོང་པས་  
 གཙོ་བོར་སྦྱ་དྲག་ཁག་གཉིས་ཀས་སྒྲེ་པ་གཞུང་སྒྲེ་མངའ་  
 བདག་གི་ཞབས་ཞུ་ཁོ་ནས་ས་ཞིབ་ལ་དེའི་དངོས་དོན་བཟོ་  
 ལྷ་གྱིས་པའི་ཐལ་ཕྱིད་བྱེ་མའི་ཁང་བྱ་དང་མཚུངས། དེའི་



ཆོ་ས་ཞིབ་བྱི་དོན་དུ་འོངས་པ་དཔའ་འཁོད་སྒྲ་བྲང་གི་  
 མགོན་གཉིས་གྲ་ལྡ་ལ་འདི་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུད་མྱོང་སྟེ། མྱོང་  
 ཞིའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་བདུད་ཚིའི་བཅུད། ། དབ་དཀར་ཟླ་  
 གཞོན་འབྲུམ་ཕྲག་འབྱེལ་བའི་གཟུགས། ། འཆི་མེད་ལྷ་མོ་  
 ནམ་པར་རྒྱལ་མ་ཡིས། ། ཆོས་ལྷན་ཁྱེད་ལ་རྒྱུད་མེད་  
 དཔལ་སྟེལ་ཅིག ། གང་གི་མེས་སྟོབས་དཀར་པོའི་ཁ། །  
 ཡེགས་བ་འད་ཉི་མའི་དོགས་སུ་ཡོངས་གྲོལ་བ། ། གྲ་ལྡ་  
 ཞེས་གྲགས་དཔའ་མགོན་མཁྱེན་ཅན་དེས། ། དམན་པ་  
 བདག་ལས་ཡེགས་བ་འད་མཉན་ནོ་སྟེ། ། སྟེས་དབང་  
 ཟླ་མའི་མེད་ལ་དཔོན་འདོད་ཅན། ། ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་  
 གང་ནས་ཉམས་དམས་པ། ། སྦྱོན་པ་ཁོ་བོའི་བསྐྱབ་བྱ་  
 མཛེས་ཡིས། ། བྱ་བྱུང་གདམས་དག་སྟོན་དང་ཅིས་མི་  
 འདྲ། ། འོན་ཀྱང་གཞུང་གདམས་བ་ཤེས་གཉིན་དམ་པའི་



གསུང་། ། མང་ཐོས་བརྗོད་པ་བསྐྱར་ལ་སྤྱོད་ལའང་སྟེ། །  
 མཐོང་ཐོས་སྒྲ་དག་མྱོང་བའི་ཆན་པའི་ཁ། ། བསྐྱེགས་  
 ལས་པལ་ལ་མཁོ་བའི་གནའ་གཏམ་སྟོང་། ། གྱེ་ལགས་  
 ཁོ་བོ་དམ་ཆེས་མང་ཐོས་འཁོར་། ། རབ་འབྱམས་སྒྲ་བའི་  
 མིང་གིས་མངོས་ན་ཡང་། ། འདོད་ཡོན་དྲག་རྒྱས་མྱོས་  
 པའི་གཞན་དབང་གིས། ། དཔོན་མིན་གཡོག་མིན་ལས་  
 གྱིས་གཡོངས་འདྲིར་གཟིགས། ། ལྷ་མའི་བྱང་གྱུར་སྟོན་  
 གྱོན་དམ་པའི་གནས། ། བདེ་དལ་ལྷ་ཡུལ་ལྟ་བུ་དེ་དོར་  
 ནས། ། འདོད་མང་འདོད་ཆེས་དཔོན་གྱི་གོར་འཆངས་  
 པས། ། ལམ་ལོག་ལམ་གོལ་གཡང་ས་ཆེན་པོར་སྒྱུང་། །  
 རེ་ཅོ་ཇི་བཞིན་སྟོང་པའི་དོན་བཟླས་གུང་། ། རང་དུ་དེ་ཡི་  
 རྒྱུ་ཅུ་མ་མི་བྱོ་བ། ། བདག་ལྟའི་དྲོད་ཆན་ཆེས་རྒྱས་མཁན་  
 པོ་ལགའ། ། ལེ་སང་མི་རེ་ཇི་བཞིན་འཁོར་ཏུ་རུལ། ། སྟོང་



དེ་དོན་གྱི་ལག་ལེན་མི་བསྟར་བའི། ། བདག་འདྲའི་རིག་  
 གཞུང་ནམ་དཔྱིད་ཅི་སྟོན་ཏེ། ། མཁའ་ལ་སྒྲིང་དང་ཚུ་ལ་  
 བགྱོད་པ་སོགས། ། དེ་མཚར་ཐབས་འཕྱུལ་རིག་པར་བྱེ་  
 སྒྲིང་མཁས། ། ཞབས་སྟོད་ཅེས་གྲགས་གར་འཐེན་འོ་  
 ལགས་གྱེ། ། རང་རེས་ཐོགས་པའི་སྣ་ཐག་འདོམས་  
 གང་དེ། ། ཞེ་ཐག་གཏིང་ནས་མ་བཅད་དེ་སྟོད་དུ། ། མི་  
 ཁོམ་ཁུར་པེ་ཆེ་དང་བྲལ་དུས་ནམ། ། རང་ལ་ཉེས་གྱོད་  
 ལཱེ་ངེས་མི་འཁེས་པར། ། གཞན་ལ་ཞལ་ལྷེ་གཅོད་ལྷོམ་  
 ནག་ཆེན་པ། ། དཔྱད་ཁྱ་གསལ་པོ་ལས་གྱེ་མི་ལོང་ན། །  
 བྱེད་གཏིར་ལཁོད་པའི་ཉེས་པ་ཡངས་བཟོས་བྲལ། ། བྱེ་  
 རེལ་ཞིང་སར་སོན་ཐོབ་བཅུས་བཅུས་ནས། ། རང་རྒྱུད་  
 ཞིང་ས་སྟོང་པའི་ཐ་བར་ལུས། ། ཨ་ཁུ་ག་ཉིན་རྗེའི་ས་  
 ཞིབ་ཆེན་པོའི་དུས། ། སྟོང་རྒྱང་ངན་འགྲོར་བཅུད་ན་ང་རེ་



ལྟོང་། ། ཟ་སྦྱང་མ་བྱ་སྡིག་སྦྱག་གཏམ་ངན་གུན། ། ཟུང་  
 ཏུ་བསང་ནས་བསགས་པའི་གུམས་དོད་ནམས། ། ཟོས་  
 པའི་བུ་ལོན་སྦྱང་བཅས་ཆེ་བྱི་མར། ། རྩོད་པོས་ལ་ལས་  
 བཅད་དེ་ལང་ལ་བྱི་དོགས། ། གྱི་རུང་ལུ་སྒོ་ལྟོག་པ་  
 མཆོམས་མེད་ལས། ། རྩོད་མའི་ཞོར་ལ་ལྟོགས་པའི་སྡིག་  
 ཏི་ཅན། ། མི་བཟད་དུ་ལ་མེས་བསྐྱེག་ཁར་དཔོན་ལུས་  
 གྱི། ། གནའ་མའི་ཞལ་རྒྱན་ཆེས་བདེན་སངས་རྒྱས་  
 གསུང་། ། བྱི་ནས་བྱི་བ་ལུམ་ལུམ་སྦྱོད་དགོས་གྱི། །  
 ལན་ཆགས་གན་རྒྱ་བཞག་ནས་ལྟུལ་གང་རིང་། ། དེ་བོ་  
 ལོག་པོར་བྱོབ་ལ་ར་ལས་པའི། ། ཆོང་དཔོན་བདག་ལས་  
 ཆོང་ར་ལོག་པ་སྟུ། ། དབ་ལུམས་སྦྱ་དང་དམ་པའི་སྦྱི་  
 སྟུལ་གྱི། ། མིང་གི་ཅོད་པན་བྲོགས་བཞིན་མི་འོས་  
 གནས། ། སྡིག་སྦྱོད་གདོལ་པའི་བྲལ་དུ་འཆངས་ལས་



བ། ། ལྷན་མེད་ས་པལ་ནམས་འདོད་པས་ལེས་བྱང་བསྟུ། །  
 དེ་ལྷན་བྱེད་པེ་ཁེ་བའི་ཉེས་སྦྱོད་ལས། ། བཏྲག་བཞིན་རང་  
 ཞེ་གཏིང་ནས་ལེག་བྱུར་པ། ། ངན་སྦྱགས་ཕུང་པོ་འདི་  
 ལས་དཔེ་བླངས་ཏེ། ། མཁས་པ་དབྱེས་པའི་ལམ་དེར་  
 བྱོད་འཇུག་མཛོད། ། ལྷན་ལ་བདེ་སྟེར་སྒྲིང་མཆོག་བླ་མའི་  
 བྱང་། ། མཆོན་ལྷན་བ་ཤེས་གཉེན་དམ་པའི་ཞབས་ཏོག་  
 ལ། ། ལྷག་བསམ་དག་པ་བྱོད་འདྲས་བཙོན་པ་ནི། ། དེས་  
 བར་སྐལ་བ་ལྷན་པ་ཅིས་མ་ཡིན། ། བཙོན་ཕྱག་ཁ་དྲག་  
 ཅན་ནམས་མ་བྱེད་ཅིང་། ། ཉམ་ཐག་དམན་པ་ཏིལ་བཞིན་  
 མ་བཙོར་ན། ། དེང་སང་ཆེན་པོའི་གྲལ་དུ་འཁོག་དགའ་  
 ཡང་། ། སྦྱང་པོ་འཇོམས་ཅོམ་སྟོབས་དེས་ཅི་ཞིག་བྱ། །  
 བཙོན་ཕྱག་ལྷན་པའི་ཁ་དབང་མི་གཏིང་ཞིང་། ། བདེན་  
 དང་དྲང་བའི་ལམ་བཟང་སྦྱང་མཛོད་དང་། ། ལྷན་ཆོགས་



ཐར་པའི་སྒྲིང་དུ་མ་སྒྲེབས་གྲང་། ། མི་བཟང་ངན་འབྲེའི་  
 གཡང་སར་ལྟར་དེགས་ཚུང་། ། དཔེན་པར་གནས་གྲང་  
 རང་ཚུད་མ་བྱུལ་ན། ། རགས་ཀྱི་གཙན་གཟན་ཉག་ཏུ་བྱོས་  
 བ་བཞིན། ། དྲན་ཤེས་བག་ཡོད་ལྟན་པས་གནས་མཛོད་  
 དང་། ། ཆོས་པས་དཔོན་གནས་བཟུང་ཞེས་འཕྱ་ནའང་  
 འཕྱ། ། རང་བཞིན་མེད་པ་རིག་སྟོང་ལྟ་བའི་སྟོང་། །  
 ཡེངས་དང་ཞེན་འཛོན་བྲལ་བའི་སྒྲེམ་པས་བསྐྱངས། །  
 ཚུལ་འཆོས་སྤངས་པའི་སྟོང་པས་གནས་མཛོད་དང་། ཅེ་  
 གཅིག་སྐྱབ་པའི་ཁ་ཕེ་མེད་ནའང་མེད། ། མ་དུལ་སེམས་  
 ཀྱི་ཉ་ཁོད་སྤོང་གསུམ་དུ། ། འཕྱེ་བའི་གཅིག་ཕུའང་སྒྲོན་  
 ཡུལ་མིན། ། སྒྲོ་གསུམ་ཁྱེར་སེ་གསུམ་དང་མ་བྲལ་ཆོ། །  
 བསྟེན་བསྟེན་སྐྱབ་སྐྱབ་ཏུང་ཡང་ཨ་ཁུ་ཅོ། ། འཛིག་ཉེན་  
 དག་ན་ཡན་དང་བདེ་བའི་སྒྲོ། ། ཟུ་ཆེར་དབྱེ་བ་དབང་



སྟོབས་ལ་རག་ཕྱིར། ། སར་གནས་སེམས་དཔའ་ནམས་  
 གུང་ཕལ་ཆེ་བ། ། སྤྱིང་པའི་ཁམས་འདིར་རྒྱལ་པའི་ཚུལ་  
 ཏུ་རེལ། ། རང་ཉིད་ལྷགས་བཞིན་སྦྱོང་ལས་མི་གཡེ་ཞིང་།  
 ། གཞན་ལ་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་ལམ་བཟང་  
 འདོམས། ། འགྲོ་བ་བྱ་བཞིན་སྦྱོང་མཛོད་དཔེན་པེ་དེ། ། འི་  
 ཐོག་སངས་རྒྱས་ཞེས་གུང་མཁས་ལ་རུ་། ། དེ་ལྟར་  
 དཔྱེད་ལྡན་གང་ལ་བེལ་མེད་དུ། ། རྒྱང་དང་དོར་བྱ་ཕྱོགས་  
 ཅམ་སྟོན་པ་སྟེ། ། ཁ་བ་ལྟར་རྒྱང་པར་གྱུར་ལ་མི་ཁྲིལ་  
 བར། ། ཐུགས་ལ་ངོ་མཚར་བདུད་ཅིའི་མཛོད་གྱུར་ཅིག །  
 ཀུན་དགའི་དཔྱེད་དང་མཚུངས་པའི་གཏམ་གྱི་བེད། ། རྩ་  
 འཛིན་པ་སྒྲེར་བབས་པ་གང་གང་དེ། ། ལོག་ཞུགས་བདག་  
 ལྟའི་ལྷན་ཟེབ་ཡངས་དོར་ཏེ། ། ཆོས་གྱི་རྒྱལ་པའི་གོ་འཕང་  
 རྒྱུར་ཐོབ་འོག ། ཅེས་སྒྲུས་པ་སྐབས་དེའི་དཀར་ནག་ཁྲ་



སྒྲིམ་བཅུངས་ཐག་གི་བསམ་སྒྲུང་ཇི་ལྟ་བ་མཆོན་ནོ། ཟླ་  
 འཛེས་༤ནས་བཀའ་རྩི་དང་རྩིང་དཔེན། ལྷོག་པེ་དང་ནམ་  
 མཐོང་བཅས་གྲིས་སྒྲི་སྒྲིན་བཏང་། ཆོས་༡༢ཉིན་ལྟ་བང་  
 རྒྱལ་མཆོན་འབྱེད་ཁོ་པ་ལམ་ཞག་བརྩ་ལས་མ་འགོར།  
 རྒྱག་པའི་ཆོས་༤དུས་ཆེན་ཉིན་དགའ་ལྡན་དང་། ཆོས་  
 ༤འབྲས་སྦྱངས། བརྩ་ལ་སེ་ར་ཆོགས་ཆེན་དུ་མང་ཇ་སྒྲི་  
 འབྱེད། ཆོས་༡༥རྒྱུད་སྒྲིང་དུ་བསྒྲིན་བཀའ་སྒྲིབས་ཡུལ་  
 ཁག་དུ་མགྲོགས་བསྒྲི་བཅས་གོ་ཆོད་བྱང་། ཆོས་  
 ༡༧རྒྱལ་བའི་ཡང་སྤྱིད་ངེས་སྤྱིད་དེལ་བསྒྲིགས་བཀའ་  
 ཡིག་ཕེབས་དོན་ཆོས་༡༥ཉིན་བཞི་བཀྲམས་དགོན་དུ་  
 ཉིན་འབྲེལ་བྲི་བ་འཕམས་ངེད་རྩིང་ལས་བྱ་བཅས་པས་  
 མཇུག་དར་ཉིན་གསུམ་དགའ་སྒྲི་བཏེག ས་ཞིབ་ལས་  
 སྒྲེལ་གཉིས་གྲི་བར་དང་ཐོག་ནས་སོན་བསྒྲིར་བྱེད་དམ་མི་



བྱེད། ཞིབ་ཡུལ་ཞིབ་སྒྲུངས། རྟུ་ཡུན་རིང་བྱང་སེགས་གྱི་  
 འགལ་བ་ཇི་སྟོང་ཡོད་མཁའ་ཁར། བཀའ་རྟོན་གཞི་ཞབས་  
 གཉིས་གྱི་ཉིས་བྲིམས་དངུལ་སྒང་༥༠༠་སྟོར་ལྷན་འབུལ་  
 མེད་པར་བར་བེས་ཏེན། དེད་ནས་རྒྱ་དཔོན་བོད་བསྟོད་  
 ཅིག་ལ་གདོད་བསྐྱ་སོང་བར་བྱན་མེདས་ལ་སྟེར་བའི་  
 བཟང་གོས་སེར་པོའི་སྒྲིལ་ཞིག་ཡོད་པ་རང་མཆོམས་  
 གྱིས་ཉར་བ་སེགས་གྱིས་རྒྱན་བསྒྲུངས་ལོ་མཇུག་དག་  
 གཏོར་འཆམས་མཇུག་དང་། གསར་ཆོས་ཏེན་འབྱུང་ལ་  
 ལྷན་འཛོམས་མི་བརྟུབ་པ་སེགས་འཁོན་རྩོད་གྱི་མདངས་  
 རྒྱས།

གྱི་ལོ་༡༩༩༠ལྷགས་འབྱུག་གསར་ཆོས་འགག་ཏུ་  
 དགོ་སྟོང་བརྒྱད་གྲ་གདན་དྲངས་སྒྲ་མཆོད་ཆོགས་འཁོར་  
 དང་། ས་དབང་གསར་པ་གནད་བྱུང་བ་རིང་མིན་ཕེབས་



རྒྱུར་བཀའ་རྗེས་ལམ་ཐོག་དེད་ལ་གྱེད་འཇུགས་སྟན་  
 བཞེངས་དང་འབྲེལ། མི་མེད་ཐོག་བདེབས་གསེག་བཏང་  
 ལྷགས་ཞུ་མཁན་དེད་དང་ཕྱང་འགྱངས་གཡས་སྟོད་སྟེ་  
 མང་གི་འབྲས་མི་ཡིན་བཟླས་བསེད་ལྷག་ཟེར་བ་མདོ་སྟེ་  
 གར་ལྷག་སར་ཆེད་བཏང་བགྱིས་ཐོས་ཁོང་ལ་མངའ་  
 བདག་གས་རྗེད་དང་ལས་བྱ་སྟོག་གོང་། སྟོག་དཔོན།  
 ནམ་མཐོང་རིག་འཛིན། གཡས་སྟོད་སྟེང་དཔོན་དང་དེས་  
 རྒྱད་བསྐྱུལ་གཡས་སྟོད་སྟེང་འོག་མི་དམངས་ཀྱི་འབྲས་  
 མི་ཡིན་ཚུལ་བཅས་ཀྱི་རྒྱབ་ཟེལ་ཆེ་མོད་དེ། མངའ་བདག་  
 དཔའ་ཆབ་ངོ་ཚབ། དགོན་ཁག་རྒྱབ་གཙོས་པའི་སྟེང་  
 ཁག་གཞན་གྱི་སྟེང་འབྲས་མི་དམངས་པལ་ཆེ་གོང་ལས་  
 སྟོག་པ་དང་། ལྷག་པར་དེད་ཁག་སྟོས་ཚུད་ནམ་འགྱུར་  
 དངོས་སུ་ཐོན་ཕྱིན་རྒྱབ་ས་ཐོག་བཀའ་རྗེའི་མཛོ་མོ་རུ་བ་



ཡོད་པར་མི་སེར་ནས་ལག་རྒྱགས་བྱ་རྒྱུ་གི་གནས་ཚུལ་  
 མངོན་པ་དང་། འདི་ནས་བརྟབས་གསེག་འཁོར་རིགས་  
 གྲང་ཕོན་ཆེ་ངེས་པར་ཡོད་མོད། དེ་ལས་བརྒྱ་ལྔ་ཉི་  
 ལྔ་བ་ཏུ་འཕར་བའི་བཀའ་དྲིའི་མཛོད་རྗེས་རི་རབ་དང་  
 མཉམ་པ་ས་གནས་སུ་སླེབས་པ་ཉིད་ནས་འཁོར་ནས་ཅམ་  
 ཡོད་གཤེགས་ས་དབང་གསར་པར་བདེན་མོད་ལག་  
 མཁྱེགས་གྱོད་ཉུའི་གདོང་བསུ་གཏོང་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡང་།  
 ཁོང་དང་གཉེར་བམོད་ནམས་ཆོ་ཐར་སོགས་ནས་མི་སེར་  
 ཐོག་རྒྱགས་བརྟུང་བྱས་པ་ལྟ་ཅི། གྲི་ཕྱས་བཟོས་པ་རང་  
 ཡང་བཅུ་གསུམ་ཅམ་འདུག་པའི་སྒྲོར་དང་། ཡུལ་སྒོལ་  
 དེན་པ་སུམ་ཆའང་མི་སྒྲོད་པའི་འབྲུ་འདོན་ཁལ་སྒོང་ཕྱག་  
 གསུམ་བཟུལ། ལས་སྒྲེལ་ནས་བཏང་བ་ཕྱད། ཁོ་པ་སྒྲོར་  
 ནས་ལྟ་ས་ཆབ་མདོ། ཇོ་ཡུལ། སྤྲུལ་ཁམས། སྒྲོ་བོ། ལྷུང་བོ།



རི་ཆེ་བཅས་སུ་ལམ་སེན་བཏང་བ་ཏྲ་ཁལ་ལྟ་བུ་བཟུ་བཟུལ་  
 བ། རིན་པ་བཅུ་ཆ་ཅམ་ལས་མི་སྒྲོད་པའི་ཇཱ་ཡུང་བེ་སྒྲུག་  
 བསྒྲེ་འདོན་དགོས་རྒྱུ་འདྲ་བ་སྒྲེ་བཞག་རྒྱ་མ་བྲི་བཟུལ་  
 རྒྱུད་ཅིས་གན་ལེན། ཏྲ་ཐབ་ལག་གཡེག་ཕྱགས་རྩི་སེགས་  
 རེད་ལས་ལྟ་ལྟ་བ་མང་བསྒྲུལ། མི་རྒྱུ་འོར་བལྟས་སེན་  
 གཞུང་རང་མཚམས་སྤར་བཅག་གིས་མཆོན་བྱས་ཉེས་སྒྲེ་  
 མང་ལའོད་པའི་སྒྲན་ཞུ་རིགས་བཟོས། ཆོས་༡༤ ལས་ལྟན་  
 འོ་མའོར་ཆེབས་བསུ་བཅར་ཅིས་བྱང་ལྟེ་དཀར་ལ་བྱེ་  
 རང་ཅམ་ལ་ཡོང་འབྲས་བཀའ་རྒྱ་ཆེད་སྒྲུལ་ལ་རྩི་དགོན་  
 ཏུ་བསྒྲོད། ཆོས་༡༥ རྩི་དགོན་ཐབས་བསུའི་སར་མའོ་སྒྲེ་  
 ཞབས་པད་གནད་བྱང་བ་འཕྲད། བཀའ་རྩིས་ནམ་རྒྱུན་  
 གདན་གྲལ་པན་རྩྱུན་འགྲན་སྒྲུས་བྱང་། འདི་ཉིན་བཀའ་  
 ཏུང་སྒྲན་སྒྲས་མན་གྲིས་རེད་ལ་ཞུ་འབེབས་ལྟར་ཁོང་པར་



མིན་པ་དང་། རེད་ལས་ཆན་པའི་མཁན་རིམ་མི་འདུག་  
 ཅིང་། ལས་ཞབས་མང་བས་ཁོང་པ་གཟེམས་གུར་དུ་མ་  
 ཚུད་བྲལ་མཇུག་གཤན་རྒྱུ་སྟེང་ཉི་དགའ་གྱིས་སྟོད་  
 དགོས་བྱུང་པར་མངོན་པས་ཇི་དགོན་ལས་སྟེ་ཚུན་མདུན་  
 རེ་སྐྱེངས་ཆེ་ཙམ་བྱུང་སོང་། ཁོང་པས་ནུས་འགྲུགས་ཇི་  
 ཡོད་བཏོན་པའི་རེད་ལ་གྱོད་འཇུགས་སྟན་ཞུ་ཡུལ་བེན་  
 ཚོད་བཏོན་འདི་རྒྱབ་ཆེད་བཅར་རང་བཟོས་ཞུ་ཡིག་ནང་  
 སྟན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཡུལ་བར། རེ་གྱོད་ལགས་འདི་མི་བྱེད་དག་  
 བྱེད་ཆ་པེ་ཡིན་ཞེས་དང་། སྦྱར་བཏང་བྱི་སྟན་གཟེམས་  
 འགྲུགས་ལེན་སྟེལ་མི་ཡོད་ཡང་ཡུད་ཙམ་བསམ་བཏང་  
 སྒྲངས་སོང་བ་ཅི་ཡིན་སྟུམ་པ་འགར། མཁན་རྒྱུ་ཀོ་པན་  
 ཅི་སར་བཅར་བར་ཡང་གང་ཅི་གོ་ཡིན་ཞལ་ཏ་བཟང་།  
 ཆེབས་ཞབས་དང་བསྟོངས་སྟོ་ཇོང་འབྱེར་ཞིང་དཔོན་



ལའོར་ཚང་མར་བྱུར་གསེས་གཞི་ལེན་གཟབས། ཕྱི་ཉིན་  
 བཅག་ཞག་གིས་བོད་ནས་གསར་ཐེབས་ལས་བྱ་ནང་  
 མར་བཅས་བཀའ་མེལ་བྱུག་ཅམ་ཐོག་མཁན་རྒྱུ་ཀོ་པན་  
 ཅི་བརྒྱད། ལྷོ་རྫོང་ས་ཞིབ་མཁན་འགོན་སློལ་པེ་ལྷོས་ཕྱོད་  
 སྟན་ཞུ་ཡུལ་འཕྱོར་སྟོར་ཅུ་བ་ཆེར་མེད་པན་རྩོན་རྒྱ་རན་  
 སྟན་རྩོན་ཕྱོད་འདོན་ཁོ་ནར་བཀའ་ཞིབ་གནང་རྒྱ་གཉིས་  
 ངལ་ལས་དོན་འབྲས་འཁོར་རྒྱ་ལས་མ་འདས་པས་རྒྱ་  
 གམ་མཉམ་འཇགས་སུ་བཞག་རྒྱ། ཡང་སྟོང་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ནས་མི་སེར་ཐོག་བརྟམས་གསེག་གང་ཆེ་ཡོད་  
 གསལ་ཏེན་བཀའ་དོ་རང་གཞིས་དང་། མཁན་གདོང་ཆབ་  
 མདོར་ལས་བྱ་ཁོངས་རི་བོང་ཚང་ལོག་གིས་ཡིག་རིགས་  
 རྣམས་ལས་བྱ་ཁང་རང་དུ་ཕྱིས་སྟོན་བྱ་འབྲས་ཐེབས་པ་  
 འབྲལ་གང་ཕྱན་བྱ་དོ་གཞོང་ཅམ་ལས། ལྷོ་རྫོང་ས་ཞིབ་



མཐའ་འདུས་དཀར་བ་སྒྲ་ནས་བསམ་ཤེས་མཚམས་  
 བཞག་ཕྱིར་ལོག་བྱས་ཆོག་པ་ཞེས་ཇི་ལྟ་དུ་དགོངས་པ་  
 ཞུ་བཞིན་ཁད། འདིར་རང་དོན་གཉིས་བྱ་ལྟུ་ཁལ་གཅིག་  
 བསྒྲ་ལྟག་བསྒྲད་པའི་སེམས་ལྟས་ཞེན་ཆགས་མེད།  
 བཀའ་དོར་ཞིབ་ལས་འཕྲོས་ལྟས་གྱུར་ཆོ་གོང་གསལ་  
 ལྟར་ལྟུ་དང་སྒྲན་རིགས་བསྒྲ་འཕྲོ། ལྟགས་ཐོག་ཕྱགས་  
 ཐོན་ཆོང་འབྲུལ་འཁོར་རྒྱ་སོགས་འབྲས་འཁོར་ཆེས་ཆེ་  
 བས་བཀའ་ཞིབ་མཐར་ཕྱིན་གནང་ཡང་དེ་ལྟག་ཡོང་  
 ཐབས་མེད་པའི་དོན་གྱི་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་བཅས་འགྲོ་ཆས་  
 ཕྱན་བྱས་མཉམ་བཅར་དགོངས་ཞུས་ཟླ་འཆོས་ལྟེ་རྫོང་  
 ནས་ཐོན་ཆབ་ཐང་འཕྱོད། དེང་མིན་སྒྲ་མཁན་ཟླ་བས་ལྟོ་  
 རྫོང་ས་ཞིབ་མཇུག་སྒྲོང་ལ་གཞན་ནས་འཚངས་ཆོད་  
 དཔའ་ཟླས་ཉིད་ལ་རེ་ཆེ་བཅས་སྒྲ་ཉིད་སྒྲར་ཡང་ཐོན་རྒྱ་



ཡེད་པ་བཟེ་ཐབས་ཡེད་ཚུལ་གསུངས་ཀྱང་ཕན་ལས་  
 གནོད་མང་གི་རྒྱ་མཚན་གསལ་ཏེ་བཤེས། བཀའ་རྡོས་ཞུ་  
 ཏེན་གཏོས་ཆེ་ཡུལ་ཏེ་ས་ཞིབ་མཇུག་སྒྲིང་བགོད་འབྲས་  
 བྱང་ཡང་། གཞུང་སྒྲེར་ཆོས་གསུམ་ས་མི་འདྲེས་འཛིངས་  
 ཟུར་དགུ་སྟེ་བཅུ་ཉི་ལྔ་ཀྱང་ཕྱགས་རུར་མི་སྒྲེར་ལག་  
 རྒྱགས་སོགས་ཞལ་ལྷ་བ་ཇ་རེར་ཕྱིར་ལོག་དགོས་པ་བྱུང་  
 འདུག་པ་དང་། ཟླ་ལྔ་ཆོས་༡ ་མཉེན་སྡེ་སྒྲིུ་ཏ་མདའ་ར་ས་  
 རྒྱ་ཆན་པའི་ལས་སྒྲེལ་དུ་སྡེ་དགེར་ས་ཞིབ་ཐོན་དགོས་  
 བཀའ་བསྒྱུར་བྱུང་། ས་ཞིབ་འདི་རིགས་ཉེས་འགན་ཆེ་  
 བས་དགོངས་ཞུས་དང་། ཐ་ན་གཟུགས་པོ་བདེ་ཐང་མེད་  
 པར་བསྟུང་དགོངས་པ་ཞུ་ནན་བྱས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་མན་  
 དགོངས་བསྒྲེར་ཐོན་ཚུལ་གྱིས་མ་ཕན་ཟླ་༡༠ཆོས་༡༥ཆབ་  
 མདེ་ནས་ཐོན་གནོད་ཁོང་དུ་འབྱོར། ཉིན་ལ་གས་རྒྱལ་རལ་



གྱི་ནམ་པས་བསྐྱད་དེ་རིམ་གྱི་རྒྱག་ཅུ་གཏོར་མ་ཁྱི་ཚར་  
 དང་ཟླ་མཆོད་ཆོགས་འབྱམ་བསགས། ཆོས་རྣམ་ཉིན་  
 ལྷལ་སྤྱུ་ཆུ་བར་སྤྱབས་སྒྲིམ་འབྱལ་ཁུལ་འབྲེལ་མཚམས་  
 ཟླ་གཙོས་ཕྱོགས་དེའི་འདུས་པ་མང་པོས་དེད་ཟུང་ལ་  
 བཙུམ་ལྟན་འདས་དགོན་པེ་ཆོ་དང་ཡེ་འཤེས་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པའི་ཆོ་ཆོག་གི་སྒྲོ་ནས་རིང་འཆོའི་ཉིན་འབྲེལ་  
 བསྐྱེགས། ས་གནང་གིས་འཕྲལ་ཐོན་དགོས་བཀའ་ཕེབས་  
 བཞིན་ཟླ་༡༡ཆོས་ལག་དོང་གོང་ནས་ཐོན་ཁེ་ལྗོངས་ལྷམ་  
 མདའ་དང་། དེ་ཕྱི། ལྷམ་དགར། འགམ་བཙས་སུ་ཞག་  
 མལ་གྱིས། ཆོས་འབྱམས་མདུན་དུ་སྒྲེབས། ཕྱི་ཉིན་བྱམས་  
 ཁང་དུ་ཆོས་མཇལ་མཆོད་སྒྲིན་བསྐྱར་ཞིང་བྲག་ཟླས་སྒྲོ་  
 ཉིན་བསྐྱབས། རིམ་གྱིས་རབ་འབྱེད། གོ་འཇོ་རྫོང་། ཙ་  
 དགར། སྤྱུ་འབས། བསམ་འབྱུབ་གཞུང་། ལྷག་གཟིག་



ནམས་སྤྱ་ཞག་མལ་རེས་ཆོས་༡༤༥་མདའི་སྒྱ་ཚབ། ཐ་  
 དང་རུ་བརྒྱ་ལྷིང་༡༤་དམག་སྒྲར་གྱི་གྲངས་འབེན་  
 བཅས་འཛི་དར་སྒྲིབས། སྒྱ་མདའ་དེ་ཡེབས་དང་རུ་བརྒྱ་མི་  
 དྲག་ནམས་ནས་ལེགས་དར་བྱུང་། འབྲི་རྒྱུ་སྡེ་དགའི་  
 ཁུལ་གྱི་སྒྲ་དགོན་མདུན་ལའོར། རོར་འདྲ། སྡེ་འབྲས་  
 ནམས་ས་ཞིབ་ལག་བྱེར་སྒྲོག་སྒྲུངས་དང་། བྱེད་སྒྲོའི་  
 བཞོད་པ་ཉན་སར་ཡོང་དགོས་མཁན་མདའ་སྒྲེལ་པའི་  
 བཞོད་ཡིག་བཏང་།

སྒྱི་ལོ་༡༤༤༡་ལྷགས་སྒྱུལ་གསར་ཆོས་ཉིན་ཉིན་  
 འབྲེལ་ལེགས་དར་སྒྲོབ་རེས་དང་། ༡་མདའ་མཆོག་ཐ་  
 དང་དམག་སྒྲར་བཅས་ནས་སྒྲོ་སྒྲོན་ཉིན་གསུམ་རེ་བཏང་  
 ཞིང་ཕྱིར་ཡང་སྒྲོན་དོད་གྲ་ཞོམ་ཡུལ། ཆོས་ལ་གོང་དོན་མི་  
 སྒྱ་འབྱེར་རིགས་ལ་བརྩི་བཞག་དང་། ཆོས་ལ་ཉིན་འཛི་ཡུ་



དགོན་བསྐྱོད་ལག་ཁྱེར་སྒྲིག་སྒྲུངས་འབྲེལ་ཞིབ་འཇུག་  
 སྐབས་ས་མི་བྲལ་པ་སྐབས་བསྐྱུངས་མི་ཞུ་བ་དང་། དགོན་  
 དོན་དངས་ལེན་དགོས་པའི་བཅོན་གན་སྒྲུངས། ཆེ་བཅོན་  
 མི་དྲག་ནས་བཀའ་གཏན་ཞུས་སྐུལ་མང་བ་དང་སྟོང་  
 གཞིས་ངན་བདག་བྲལ་གུན་ཁེལ་ལྷགས་མདོ་སྒྱུར་ཞུས་  
 སྟན་གཞིར་བཟུང་། བྲལ་ཆག་གཙོས་པའི་བཀའ་བཅོན་  
 ཡིག་རིགས་ཅི་ཡོད་ཞིབ་སར་སྒྱུན་ཞུས་ལས་ཆོས་པན་  
 ལྷས་ན་བཅུ་མེད་ཡིན་སྐྱེའི་དྲིལ་བསྐྱགས་འབྲེལ། ཆོས་  
 ༡༡ནས་ཀུ་སེ་བྲལ་དང་། དེ་ནས་ཉག་འཁྱེས། རྩ་ར། དཔེ་  
 བར། འཛོམས་ཐོག་དཔོན་སྟོང་། སྒྲི་ལི་དང་མཁར་མདོ། རི་  
 མདའ། རབ་བཏན་བཅས་གྱེ་བཀའ་གཏན་རིགས་བསྐྱུས།  
 དེ་སྟོན་ས་ལྷག་ནས་བཅུ་མས་ལོ་ལྷ་རིང་སྟེ་སྒྱེ་བྲུང་བཀྲས་  
 གཉིས་ནས་ས་མི་སྟེ་ཞིབ་བབྱིས་ཏེ་དུད་རྒྱང་སེ་སེའི་ཏ་



ཁལ་མི་གསུམ་ལ་འབྲི་བྲལ་ཐོབ་ཆ་བཅས་གསལ་ལ་འཁོད་  
 མདོ་སྒྲི་བྲི་སྒྲིན་པའི་དམ་འབྱུང་ས་དེབ་ཆེན་མེ་དེ་རང་  
 གཞིར་བཞག རྒྱ་པག་ས་དེབ་ཆེན་མེ་དེར་མི་གནས་པའི་  
 ཁལ་དུད་བུད་སྟོང་སྟོང་བའི་ས་ཞིང་བདག་འབྲུས་དང་།  
 ལ་འབྲི་བྲལ་གཙོག་པོ་བྱེ་བཀའ་གཏན་ཞུས་པ། དེ་ལ་ལང་  
 མདོ་སྒྲི་ཡན་གྱེ་བཀའ་གཏན་རིགས་འོས་མིན་སྟན་སེང་  
 དང་འབྲེལ་ཕྱག་སེལ་དབྱེ་འབྱེད། དེ་མིན་བཀའ་འཁོག་  
 རིགས་སེར་གནས་སམ་སེལ་བཅགས་ཞིབ་སྒྲེལ་ནས་  
 བབ་བལྟ། ཁུངས་ལྟང་མེད་པར་སྟོང་གཞིས་ངན་བདག་  
 གམ། ཁལ་རིགས་བཅད་འཐེན་སོགས་ལ་ཉེས་འཆར། སྡེ་  
 ཁལ་མི་རིགས་བུད་སྟོང་ཡུལ་གྱུར་སེང་བ་ཁམས་ཕྱོགས་  
 རྫོང་སྒྲི་གང་དུ་ཡོད་གྱུར་ཕྱིར་འགྲགས་ཐོག བཀའ་ཙུ་ཡན་  
 སྟོང་མི་འབྱུང་རིགས་མི་སེར་བུད་སྟོང་སྟོང་བའི་ས་ཞིང་



ཁར་ཁུངས་འཇུགས་དང་ཅིས་གུང་ཁུངས་འཇུགས་མ་  
 ཐུབ་ཕྱིན་ཁྱལ་འགན་ཐེག་རིགས་ལ་འོས་སྒྱུར་རམ་ཐ་ཞན་  
 དངོས་འབྲེལ་ཁྱལ་ཆག་གིས་ངན་བསྒྲོན། བེད་མེད་ལ་  
 སྟོང་མཆན་བྱ་འབྲས་སེགས་གྱི་འཆར་གཞི་སྒྲོན་ཡུལ་ལ་  
 ཆོག་མཆན་སེན། ཆོས་འཇུགས་ཕྱི་འབྲེག་པདྨ། སྒྱབས་ཇི།  
 གོ་སྟོང་། བདུད་མོ། འབྲེང་པ་བཅས་གྱི་བཀའ་གཏན་  
 བསྐྱས། རང་ནས་རྒྱས་མངའི་འཆར་ཡུལ་བཞིན་གྱི་ལག་  
 བྱེད་དུ་ཀར་ཀོར་འགོར་འབྱེངས་མ་སེང་བ་སེགས་སྟོ་  
 ཇོང་གི་སྒྲོན་ཆའི་རིགས་ལ་དམིགས་བཀར་དགག་རྒྱགས་  
 གསལ་ལ་འཁོད་མ་ཟད། མཛོད་སྟོ་འཕྲལ་འཕྲལ་གནང་བའི་  
 རུང་དང་། དགོ་སྒྲོན་གསེལ་ན་གོ་བ་ལེན་པ་སེགས་  
 བཀའ་རྟོ་དང་མི་འདྲ་ཁར་སྒྲེར་བཅན་ཇོང་སྟོའི་ས་འདྲེས་  
 མེད་པ་དང་། སྒྱུར་སྟེ་དགོ་འདི་ཆོས་ས་མཐོ་བས་སྒྱི་ལས་



དཔེན་ཁག་མི་དྲག་པལ་ཆེ་བླ་དགོན་བའདུས་སྒྲེར་དག་  
 སྒྲུང་ཆེ་བ་བཅས་ལས་དོན་སྟབས་བདེ། འཕྱི་པར་སྒྲེ་དགོ་  
 རྒྱལ་པོ་མདུན་གནས་ཚུལ་ཞུ་ཡིག་སྒྲོན་ཡུལ་བཞིན་ཏེན་  
 ཆས་གྲུ་ཉེས་བཅས་སྒྲུ་ཚབ་བྲེ་འབོད་ཡུན་ཚོགས་ཕེབས་  
 པ་ས་ཞིབ་ལས་བྱའི་ཁོངས་བཞུགས་སུ་གསོལ། ཆོས་  
 ༡༧ཉིན་ས་ཞིབ་ཀུ་སེ་ནས་འགོ་འཛུགས་ཕྱིས་གྲུང་།  
 གཞུང་གནས་ནས་བྱུང་ཆིང་དོན་གཙོད་དུ་མངགས་པ་  
 མཁན་མགྲོན་ལོ་གསུམ་ཕེབས་པར་ས་བབ་སྒྲེ་ལེན་  
 གསོལ་སྒྲོན་འབུལ་བ་སོགས་གྱིས་འགྲུངས། ཟླ་༡ཆོས་  
 ༡༠ཉིན་ཀུ་སེ་ཡུ་སྟོང་དམུ་ནས་སྒྲེ་འཁོག་དུད་མི་ཆིང་  
 འཛུམས་ཐོག་ཚུ་པག་དེབ་དོན་དུད་ངོ་བསྐྱད་མིན་དང་།  
 བསྐྱད་པ་ནས་སྒྲེ་མཚུངས་དང་། དེབ་གསལ་བྲལ་རིགས་  
 འདུར་མིན། དུད་ངོ་མེད་པའི་བྱད་སྟོང་ས་ཞིང་སྐུས་བདག



བདག་འབྲུག་ཁྱད་མ་ལུང་། དེབ་གསལ་ཁྱལ་རིགས་ན་  
 ཆག་གི་རྒྱ་མཚན། བདག་མེད་སྟོང་ཞིང་ཆེ་བའོལ་ཕུབ་  
 མིན། ཆེ་བའོལ་ཕུབ་བཟོ་དང་ངན་བདག་ཕྱིར་ལོག་སྟོང་  
 ཁྱད་མ་ལུང་འཛུགས་བྱ་འོས་ཡན་སྟོང་སྟེ་ཡོད། ཕྱིར་ཅན་ཕྱན་  
 ཆོགས་རིགས་མི་སྟེ་འདྲ་འཛོམས་དུས་ཐོག་དེ་རང་དུ་ཞུ་  
 ལེན་ཐག་གཅོད་སོགས་རེ་རེ་ནས་ཕྱིར་བ་རྟོག་འདྲན་གྱིས་  
 དཔྱད་དང་། ཁྱོམ་མེ། གྱུང་ར། འཛོད་བཅས་ནས་ཞིབ་འགོ་  
 བཙུགས་སོ། ཆོས་ཀྱང་ནས་ནག་སྟོང་ནག་སྟོང་། ཟུ་ཉིན་  
 སྟེ། འཕན་ནེ། འུག་སྟོམ། གཡིས་ཡུལ། ཡེ་ཚང་། དཔལ་  
 གོ། བཙུམས་ཉིན། འེ་གནས། སྟོང་ཉ་འོག་སྟོང་གསར། རོ་  
 པལ། དམར་ལེབ། དེ་ཕྱིབ། ག་འོས་བཅས་ཀྱ་སེ་བེན། ཟླ་  
 ཡེ་ཆོས་ཀྱང་ནས་སྟོང་ལེ་རྟོང་འབྲུག་མེ། བཀྲས་ཐོག་སྟོང་ཆོན།  
 བར་མ་ཁག་སེང་། ཉིན་དང་སྟེ། སྟོང་རིང་། སྟོང་མ་སེ་



དེར། འབམ་གོང་། སྤྱོད་གོང་། འགྲུ་རེ། ཆེག་ཚ་བཅས། དེ་  
 ནས་དཔེ་ཁྱར་སྤྲེའོང་འཁོག་དང་། ཨ་སྤྱན། ཁམས་སྤྱང་  
 ནམས་སྤྱ་ཞབས་ཏ་མདའ་དང་། མོ་ཀ། གདོང་ཉིན། འདྲ་  
 ལྷ། ཆོངས་འདིང་ནམས་འདི་ནས་ཞིབ་པས་མཆོན་སྤྱབས་  
 དེར་ལྷན་རྒྱས་དང་། དེས་འགར་ཞིབ་ཁག་གཉིས་བྱས་ཡེ་  
 ན་རབ་བཏན། ཁ་ར། མཁར་མདོ། ཏྲག་འཁོས་བཅས་དེམ་  
 དར་ཞིབ་པ། ཆོས་ཀྱི་འསྐྱེར་གྲུབ། ས་ག་ལྷ་བའི་ནང་རྗེས་  
 ཞིབ་དབུ་ཚྭ་གས་ཁ་ར་དང་། གུ་སེ། དཔེ་ཁྱར། སྤྱོད་ལེ།  
 མཁར་མདོ། འཛོམས་ཐོག་སོགས་ཞིབ་ཅིང་། དུས་ཆེན་  
 འཛོམས་ཉིན་ཁ་ར་དགོན་པར་སྤྱང་གནས་ཀྱི་ཐེབས་སྤྱར་  
 དང་། རབ་བཏན་དགོན། རྒྱགས་སངས་དགོན། མདོ་སྤོབ་  
 དགོན་སོགས་སུ་མང་ཇའི་དོད་རྒྱ་སྐྱོར་བརྒྱ་རེ་ཡུལ། ཏྲག་  
 འཁོས་སུ་དགོས་དབང་ལྷ་བྱས་ས་བོན་བསྤྱར་བསྐྱོར་



དགོས་ལུགས་གསུངས་པ་ཕྱིར་འཐེན་དང་། སེ་ཚང་དང་  
 བསམ་གཞུང་པས་ཕྱགས་ཐོག་སྤུས་བསྐྱངས་བྱས་སྒྲིང་ཁྱ་  
 བསྐྱས་དང་། བསམ་གཞུང་པའི་སྤུས་བསྐྱངས་ཁོངས་ཉག་  
 སྒྲིའི་ཐོག་བདུན་ཅུ་སྒྲེར་འདུག་པ་བཀའ་ཉེས་ཆེ་ཙམ་  
 འགེལ་ཕྱིས་ཡངས་ཆ་དང་། ཕྱི་འབྲོག་ཁུལ་ས་ནིབ་གྱི་  
 དུས་སྐབས་འདིར་བརྟུན་གསར་སྒྲིམ་གཞུང་ཁུལ་འགེལ་  
 འོས་སྒྲ་དགོན་སྐྱེ་འབྲིས་བཅས་གྱི་ཕྱགས་བཙུངས་སུ་ངོ་  
 བསྐྱོད་བཟུང་འོས་ལེན་སྒྲིམ་ཟན་སྒྲིབ་གྱི་ཚུལ་དུ་གསུངས་  
 ་ཤིང་མདོ་སྐྱེར་སྟན་འཆར་ཕུལ་ཡང་བདེ་སྒྲག་འབྲས་ཚང་  
 ཡོང་བཟོར་ཐེངས་འདིར་སྒྲག་རུག་སྒྲོག་འགྱུ་ཙམ་གྱིས་  
 འདོད་ཚུང་བསྐྱེན་ཁུལ་སྤར་ལམ་ཕྱགས་ཕྱིས་ཙམ་དང་།  
 དེའང་འོག་མ་རིན་ཏུམ་ཅན་བཅང་བས་འབྲས་པ་བྱས་  
 ཐོག་ཆུ་ཕག་དེབ་གསལ་ལ་ཁ་ར་གཞིས་འོག་ནས། འཛི་



སྒྲུང་དུད་གྲངས་༣༣ ཏྲ་ཞིང་༡༠ འཛེ་འགྲུལ་༡༤ ག་བེཾ  
 སྒྲུམ་༡༠ འཛུ་གད་༡ཾ རོང་གསུམ་༡༤ སྒ་འགྲུལ་འབྲེག་  
 དུད་༣༡ བཅས་བསྒྲེམས་དུད་གྲངས་༡༣༤ནས་བུད་  
 རྟེང་སྟེང་བ་ད་ལམ་གསར་འཛེགས་དགྲ། གསར་  
 འཛེགས་བྱབ་མིན་དང་། ཐབས་ཆག་ཅིག་གསར་འཛེགས་  
 ལས་བརྒྱུང་བཟོ་འཁོག་ཁའི་དུད་མི་མོས་མཐུན་བྱུང་ཆེ་  
 གཞན་ལ་ཁྲལ་རིགས་སྒྱབ་འཐུས་སུ་རེ་ཞུ་ལྟར་འདོད་  
 བཟུན་ལྟེབ་སྒྱུར་བྱས་པ་བཅུ་གཉིས། ས་ཁང་འཁོན་ཏུ་ཞན་  
 དས་སྒྲབས་འདོད་གསར་འཛེགས་མ་བྱབ་ཅིང་། གཞན་  
 གྱིས་ཁྲལ་རིགས་སྒྱབ་འཐུས་སུ་ལྟེབ་སྒྱུར་བྱ་འདོད་བྱང་  
 མེད་ལ། ས་སྟེང་བེད་སྟེང་བྱ་མཁན་ཞིག་རྟེན་ན་དགེ་  
 མཚན་ཆེ་སྒྲུམ་དགོན་དས་ཞུ་རེ་དང་། དཔོན་སྡེ་འདོད་  
 མཐུན་གཉིས་ཆོགས་གྱིས་དགོན་དར་སྒྲུང་པ་བརྒྱད། ཐ་



ལུས་གནིས། དཔོན་སྟོང་གཞིས་འོག་ནས། ཡ་ཙྰ་དུད་  
 གངས་༡༥ གཡལ་སྒྲིག་༣༠ དཀྱིལ་ལེ་༡༩ ཆ་མདའ་  
 ༣༩ འབམ་ཆ་༤ ལྷ་ཡག་༤ མགོ་རྩོན་༡༣ སྤྲིས་༡༩  
 བཅས་བསྟོམས་༡ ༣༩ ནས་གསར་འཛུགས་བྱབ་པ་༧  
 བོང་བཞིན་ལྡོག་སྒྱུར་༡༧ བར་ལམ་སྟོང་གཞིས་བདག་  
 སྒྲུང་ཁྲལ་རིགས་འདྲར་མིན་དང་ཞ་ཆག་བཏང་བར་ཉེས་  
 བཞོད་ཀྱིས་སྒྲུང་ལཱི་ཁྲལ་སྒྱུབ་འབྲས་སུ་རང་འཇགས་  
 བྱས་པ་གནིས། བོང་བཞིན་གྱི་དཔོན་པར་དུག ཐ་སྟོང་ལྷ།  
 མཁར་མདོ་རྫོང་འོག་ནས། གསེས་སྟོང་དུད་གངས་  
 ༡༣ སྒྲིག་༢༡ན་༣༤ གཙང་རིང་༡༥ རྩ་དགོ་༡༣ ཟླ་  
 ལྷུང་ཁ་ཆན་༣༩ ཁྱི་དཔོན་༣༩ མི་རུ་༣༠ ནག་རུ་༡༡  
 ཡུལ་རུ་༣༧ བསྟོམས་བརྒྱ་དང་གྲ་གནིས་ནས་ད་ལམ་  
 གསར་འཛུགས་བཅུ། ལྡོག་སྒྱུར་༡ སྒྲུང་འབྲས་སྒྱུབ་



འཇགས་ུ མི་སྤྱིའི་སྤྱད་གནས་ཐེབས་། ཐ་ལུས་། རི་  
 མདའ་གཞིས་འོག་ནས། རི་མདའ་དུང་གུངས་། ༡༥ འཕྲོང་  
 ཚ་། ༡༦ འོག་བཞི་༣༠ འག་འདུ་ ༣༤ ཟུ་ཉིན་། ༡༧ ཨ་ག་  
 ༣༣ བརྟམས་བརྟུ་དང་སེ་ལྷ་ནས་གསར་འཇུགས་  
 གཉིས། ལྷེབ་སྤྱད་གཅིག་སྤྱད་འབྱུང་སྤྱད་འཇགས་ལྷ། ཐ་  
 སྤྱོང་གཅིག་གུ་སེ་ཕྱོང་འོག་ནས་དམུ་དུང་གུངས་། ༡༨  
 བྱོམ་མེ་ུ གུང་ར་༡ འཇོང་༤ རྒྱ་སྤྱོད་༡༠ རྒྱ་སྤྱོད་ུ  
 གུང་སྤྱོད་༣༣ ཟུ་ཉིན་༣༡ ཟུ་སྤྱོད་༤༡ འཕེན་ནི་༣༣  
 ལྷག་སྤྱོམ་༡༤ གཡིས་ཡུལ་༡༧ ཡེ་ཚང་༣༤ དཔལ་གྱོ་  
 ༡༡ བརྟམས་ཉིན་༣༠ འེ་གནས་༣༣ སྤྱེ་ཐོག་༤༧ སྤྱེ་  
 གསར་ངོ་པལ་༣༣ འབམ་གདའ་༡༤ དམར་ལེབ་༡༣  
 རི་ཕྱིབ་༣༣ ག་ཤིས་༡༧ སྤྱོད་སྤྱོད་༡ བརྟམས་བཞི་  
 བརྟུ་དང་སེ་ལྷ་ནས་ད་ལམ་དུང་སྤྱོད་གསར་འཇུགས་ཐུབ་







ཐོག་གཞིས་འོག་ནས། དག་བད་ལ་རྒྱབ་དུང་། ༡༥ སྤེབ་མེ་  
 ༡༧ རྟོང་འཇང་༡༠ དེས་བསྒྲེར་༡༥ འབྲི་འོང་སྒྲང་༤ ཨེ་  
 བ་༤ སྒྲེ་ཞང་༩ བྱེ་གཉེར་༡༣ ཨོམ་བ༡༣ འབོམ་གཉེར་  
 ༧ དེད་༡༧ འཇམ་གོང་༡༤ བྱོང་སྒྲེར་༣༧ འཤེར་སྒྲང་  
 ༩ སྒྲེས་༡༤ བསྒྲེམས་ཉིས་བརྒྱ་དང་ཉི་ལྷུ་ནས་གསར་  
 འཇུགས་གཉིས། སྤེབ་སྒྲུར་བཞི། སྒྲར་འབྱར་སྒྲུབ་འཇགས་  
 བཅེ་བརྒྱད། དགོན་པར་གཉིས། རྣམ་སྤྲུལ་ལ་སྒྲུར་བ་  
 གཉིས། ཉག་འཤེས་ཇོང་འོག་འབྲེག་པ་ལུང་ཁ་སྟོང་དུང་  
 གངས་༡༣ ས་སྟོན་༡༧ ཆ་མད་༡༤ ཉག་འཇོང་༤༧  
 སྟེ་མདའ་༧ འཇའ་འབམ་༤༩ སྟེ་སྟོང་སྒྲང་༥༤ བྲལ་ཚོ་  
 ༣༧ མོག་རུ་༤༣ མེ་ཚོ་༣༤ བསམ་གཞུང་༣༥  
 བསྒྲེམས་སྤུམ་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་ནས་གསར་འཇུགས་བཅུ།  
 སྒྲར་འབྱར་སྒྲུབ་འཇགས་བཅུ་གཉིས། ཐ་སྟོང་བདུན། རབ་



བཏུན་ནས། གཞིགས་དུད་༡༥ ཟུ་ཉིན་༩ གཞི་མགུལ་༩  
 གཡུ་ཟམ་༡༥ དག་རི་༤ དཔོན་སྒྲོང་༥ དག་བད་༥ ཞེ་  
 ཁོ་༡༥ ཡི་ན་༡༠ བསྐྱེམས་བརྒྱད་བཅུ་གུ་ལྔ་ནས་ད་ལམ་  
 རྒྱལ་གསར་ཁུངས་འཛུགས་ཐུབ་པ་བཅུ་གཉིས། སྒྲོན་  
 འབྱུང་སྐྱབ་འཛུགས་བཅུ་གཉིས། དཔོན་པར་གཉིས། ཐ་  
 ལུས་གཉིས། སེ་ཆ་འབྲེག་ས་ནས་དུད་སྒྲོང་བཅུ་གཉིས།  
 སོག་རུ་ནས་དུད་སྒྲོང་༥ གསར་འཛུགས་ལྔ་བཅས་དེ་  
 དག་ལ་དེབ་མཆན་འཆར་འགོད། གསར་འཛུགས་ལྔ་བ་  
 སྐྱར་སྐྱབ་འཛུགས་ནམས་མཐུན་ཡོང་བའི་གན་ལེན།  
 བར་ལམ་འགའ་ཞིག་གིས་མདོ་སྐྱེའི་ལས་བྱ་དང་སྡེ་སྡེ།  
 ཐ་ན་དམག་སྒྲར་རུ་བརྒྱ་པན་ཚུན་སར་གཞིས་སྐྱར་དང་།  
 རྒྱལ་ཡངས་སོགས་ཀྱི་དྲན་འཕུལ་བཀའ་འདོག་ཞུས་པ་  
 བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་སྒྲོང་ཕྱིར་བསྐྱ་སེལ་བཅས། དང་འབྲེའི་



བྱལ་རིགས་ངན་བཟལ་གྱིས་ཕྱིར་འཐེན་ནས། རང་  
 མཚམས་ས་ཞིང་ངན་བདག་གི་དྲན་ཏེན། ཟློང་ཅན་ཁག་  
 གི་བྲིམས་འདེགས་ཉེས་དངུལ་(བར་ལམ་རྣམ་བདག་  
 བྱས་གས་ནས་སྐྱབ་འཇགས་ཁོངས་བྱང་ཕྱིན་ཉེས་དངུལ་  
 ཟློང་པར་ཇི་མི་སྐྱམ་པ་མང་། བཅས་གཞུང་འབབ་དངུལ་  
 སྤང་དག་དང་ཞོ་དྲུག་ལ་གསེར་སྤང་ཤེའི་ཕྱིས་སྤང་སྐྱམ་  
 བརྒྱ་བཟལ་བ་བཅོན་སྤྱད། ས་ཞིང་གསར་སྤྱོད་རིགས་ལ་  
 རྒྱས་གསལ་ལེ་གསུམ་ཁར་ད་པན་སྐྱབ་ཆད་ཡངས་པའི་  
 སྤང་གཞུང་འབབ་བཅུ་བྱུར་འགེལ་བཞོད་སྒྲིག་པའི་ས་  
 བོན་ལྷུ་རུའི་ཁལ་ཡང་བརྒྱ་བཟལ་གྱི་འབབ་དེབ་གསར་  
 བཞོད། (ཞིབ་མེད་བཞོད་ན་ལྷུ་ལྷུ་ལམ་ཡང་ཡངས་  
 ཆ་གང་ཆེ་ཡིན་བྱལ།) འཕྲོག་པའི་ནང་དགོན་པའི་འགྲེ་  
 རོར་དང་། སྤྱི་ཙུ་མཆོད་ཐེབས་ལ་གཞུང་བྱལ་ཞིག་འགེལ་



འོས་སྒྲུབས་སུ་བབ་བྱང་ཏ་མདར་རང་ཙ་ལྟར་ནན་གསེལ་  
 རྒྱགས་ཕྱངས་ལ་མཐར་མེས་མཐུན་བྱང་བ་བཞིན་བརྗོད་  
 མེད་དུ་བསྐྱལ་ཞིང་། དགོན་ཁག་གིས་ས་ཞིང་གསར་  
 སྤེལ་རིགས་ལའང་དེ་མཚུངས། དགོན་ཁག་གི་དེབ་དང་  
 བཀའ་གཏན། སྡེ་ལས་མདུན་ལའོར། རོར་ལྟ་མི་དྲག་གི་  
 འཛིན་དབང་གཏན་ཆོགས་ཡིག་རིགས་སོར་གནས་བྱ་  
 འོས་གྱི་རིགས་དང་། འཕར་དུ་མགོ་མཆན་བཀའ་འཛིན་  
 ཞུ་མེས་འོས་འཁོར་འཆོམས་པར་སྒྲུམ་རིགས་ལ་གང་ལ་  
 དེ་མཆོམས་གྱི་རེ་འདོད་བསྐྱངས་པ་མ་ཆོད། ས་ཞིབ་པའི་  
 དཔྱད་མཆན་བཀའ་གཏན་བྱིངས་པལ་དང་མི་མཚུངས་  
 བཅོན་དམིགས་ཅན་དུ་བཅུ་སྟེ་སྟེལ་སྒྲིག་གྲགས་ལྟ་བུས་འབྲི་  
 ཕར་དགོན་ཆེན། དཔལ་སྐྱངས་སོགས་དཔོན་ཁག་ལྷ་  
 དགོན་གྱི་གཏན་འབེབས་གཙང་བཅོན་འགར་ཡང་སྒྲུ་ཆོབ་



བྲེ་འབོད་བརྒྱུད་ཞིབ་སྒྲེལ་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོན་ཞུ་མེས་བཞིན།  
 ཡིག་མཆན། ཡིག་སྐྱོན་བཅས་ལ་བརྟགས་དཔྱད་སོང་  
 རྟགས་དང་། ལྡེབ་དོ། དེབ་མཇུག་སོར་གནས་དགོས་  
 ལྷགས་ཞིབ་ཐམ་ཡོར་ཆེ་པབ་པ་བཅས་གོང་རིམ་གྱི་ཕྱི་  
 ཚུལ་བྱམས་སྦྱོང་ཞལ་བཞེལ་དང་། དོན་དམ་གྱི་མི་སེར་  
 ཐོག་བདེ་ཆོར་པན་པ་ཅི་ཞིག་བྱུང་མིན་ཆ་མ་རྟོགས་གྱུང་།  
 དགོན་ཁག་དང་གཙོ་དྲག་ཆོས་ཞིབ་ཙམ་གྱི་གཡོ་འགལ་  
 ཆེན་པོའི་སྐབས་ཞེ་ལའང་ཡིད་ཆད་བཟོད་དཀའ་རང་མ་  
 དགོས་མངའ་བདག་ཁག་གི་ཞབས་འགྱུར་ནི་ལེགས་པར་  
 གྲུབ་དབང་དང་། འབྲི་པར་དགོན་ཆེན་སོགས་སྐུ་ཆོས་  
 མཇུག་ཞིག་བསྐྱོད་འདུན་ཆེ་བ་བྱུང་རུང་གོང་སངས་  
 དགོས་སྐབས་སྒྲེར་དོན་འབྱམས་བསྐྱོད་བྱས་འདྲར་  
 དགོངས་དོགས་མ་སྒྲེབས་པར་དགོན་ཆེན་དགོན་དུ་



མཆོད་སྒྲིན་དོད་ཀྱི་སྒྲེར་སྤུམ་བརྒྱ་དང་། རྒྱན་འཛེག་དངུལ་  
 གོང་དཀྲོས་ལེགས་ཆ་བཅས་ཡུལ། ལས་རྒྱན་རིང་བཟོ་  
 མགར་རེ་རྒྱ་ཆོད་འགྲགས་སྒྲ་ཡོན་ཇི་བཞིན་མ་སྤྱད་པར་  
 དངུལ་རྒྱ་གི་མཆོད་ཉིང་ལྡ་བཅུ་བླག་བརྟུང་དང་། དངུལ་  
 ཐེར་ཆེ་ཆུང་བཅུ་དྲུག་སྒྲེར་ཆེ་ཆུང་། ཐུར་མ་བཅས་རེ་  
 མཚུངས་བཅོན་བསྐྱེལ་བརྟུང་དཀྲོལ་བྱང་འཕགས་འཁོག་  
 བྱེད་དུ་བཅུག་ཟླ་བ་བདུན་པའི་ཆོས་འཁར་སྒྲེ་སྒྲེ་ཏ་མདས་  
 སྒྲེ་སྒྲེན་འབྲེལ་ཏ་དང་དམག་སྒྲར་གྲིས་རྒྱལ་པོ་ཀ་ལ་  
 དབང་པོ་དང་། ཆོས་རྒྱལ་ནོར་བཟང་གི་ནམ་ཐར་ལའབ་  
 རྒྱུན་བག་མེད་ལེག་འཆོའི་དུག་རྒྱུར་ཞིམ་ཟས་འདོད་རྒྱའི་  
 བཅུད་དུ་འབྲུལ་བས་ལོངས་སྤྱད་མཐར། ཆོས་འཁོར་དེག་  
 ཐོན་ཆབ་ཁོངས་སྤྲུག་གཟེག་རིམ་གྲིས་རིས་ཇི་ལ་བརྒྱལ་  
 བསམ་གཞུང་། གོ་འཛེགསེར་ཁ། སྒྲེ་ལྷས་ལ་བརྒྱལ་



ལྟག་ཐང་སྤུམ་མདོ། གདོང་ཚིག་ལ་བརྟལ་བྲག་གཡལ་  
 རྒྱལ་མདོ། དེར་བྲག་ལྷའི་དཔེན་རིགས་ནྟམས་གཅིན་པོས་  
 གཙུང་དང་། རྒྱ་བོས་ཚ་བའི་ས་ཞིབ། མག་པས་སྒྱུད་པོའི་  
 ལ་འཛོ། སྒྲང་དགའི་རིགས་ཕྱ་ལག་མི་སེར་དང་བཅས་པ་  
 ལྷང་མེད་དུ་གནོན་ལྷགས་འཇམ་ཐང་སྟོན་མ་གང་གིས་  
 གྲང་འགྲན་ལྷ་བྲལ་བའི་མཉེས་སྟོན་འདོད་ཡོན་རྒྱ་མཚོའི་  
 སྟོན་ལྷང་ལ་དགེས་རྒྱར་རྟེན་བའི་སྒྲུབས་ཁེལ་ཏེ་བསྐྱས་  
 དང་སྟེ་ཡོན་སྟོན་དོད་བྱི་སྟེས་བསྐྱབས། བཅག་མལ་  
 བཅས་ཕྱིར་ཉིན་ཚ་རིང་ལ་རྒྱབ་རང་གི་འབྲོག་པ་ཁེ་  
 སྒྲོངས་ནང་། ཉིན་འགས་སྒྲང་ཐང་རིགས་ཕྱེ་འཇོར་བཅས་  
 གདོང་ཁོང་འབྱེར། མལ་སྟོད་གཉེར་ལུ་རི་འཛི་མེད་དཔལ་  
 འབྱེར་ནས་སྟོ་སྟོན་ཉིན་བདུན་བཏང་རིང་སྒྲར་བསྐྱབ་  
 ཁོངས་མི་ནྟམས་འདུ་འཇོམས་ཨ་ཁྱེ་སྒྲང་སའི་ནྟམ་ཐར་



རང་བཟོས་ཁམས་ལྷགས་ཅན་འཆམས། ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་  
 རང་མདོ་སྒྱུ་དང་། སྒྱུ་ཞབས་ཏ་མདའ་ཆབ་འབྱེར་འཕྲོས་  
 བྱུང་བཞིན་ཆོས་༡ ་ལ་རྟོག་ཐོན་ཆབ་མདོར་སྒྲིབས། བྱི་  
 ཉིན་ས་དབང་ཆེན་མོ་(འདི་དག་ལ་གྲུས་ཞབས་ཆེན་པའི་  
 ཆོག་སྒྱུར་མི་འོས་བྱུང་འགའ་ཞིག་བརྟེན་མོ་བདེའི་  
 གོམས་ག་ཉིས་སོར་བཞག་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་བསྐྱེད་  
 བ་ཡང་སྟེ། བསྐྱེད་ཆོག་ཅེས་པ་མི་ངན་ལ། ། འདི་འདྲའི་མི་  
 བཟང་ཟེར་བ་སོགས། ་ཉིན་ཏུ་སྐྱེན་འབྱེན་བྱེད་པའི་མིང་།  
 ཞེས་གྲགས་སོ། ་གནད་བྱུང་བའི་མདུན་སྡེ་དགྲོས་གསེར་  
 ཆོག་སྒྲུབ་སྒྲུང་གོང་ཡོབ་སྒྲུས་དག་ཅིག་ནི་སྒྲུབ་བྱས་ཡོད་  
 པ་དེས་མཆོན་། མཆོད་སྒྱུན་གང་དུའང་གཏོགས་དགའི་  
 ཉིན་ཆས་སྤམ་མཐོ་བ་དང་བཅས་ཏེ་བཅད། ཆོས་༡༥ནས་  
 སྡེ་ཞིབ་སྒྲེལ་པེས་བཟོས་པའི་འཆར་གཞིའི་རིགས་སྒྱུན་



ཞུས་དང་། བྲིམས་ཉེས་བསྐྱུས་པ་གཞུང་ཕྱིས་བྱས། ས་  
 གནང་ནས་ཞིབ་ལས་འགན་ཏུ་འབྱས་ཆོད་བྱུང་འདྲག་ཅིས་  
 དབྱེས་ཅིང་སོན་པའི་ནམ་འགྱུར་བརྟན། ཟླ་ལྷཔའི་ཆེས་  
 ༡ནས་ཇེས་འཆར་ཁ་འགས་བཟོ་འབྲལ་དང་། ཟུ་ཕག་ས་  
 དེབ་ཆེན་མེད་བསྐྱུར་ཞིབ་མཆན་བཞེད་དམ་ཞུས་བཅས་  
 གྱིས་སྡེ་དགའི་ཞིབ་མཐའ་ལེགས་པར་འདུས་ཁྲལ་ལོ།  
 དེའང་ལས་སྒྲེལ་སྒྲུ་ཞབས་ཏ་མདའ་ར་ས་ཟུ་གན་པས། སྒྲུ་  
 ཉིད་སྟན་ངག་ལ་མཁས་སྟབས་རང་རེས་སྡེ་དགའི་ས་  
 ཞིབ་བྱས་ཚུལ་སྟན་ངག་གི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཞིག་སྤྱད་  
 དྲན་གསེར་ཉར་འོས་འགན་བྲིས་དང་ཟེར་བ་ལ་འདི་ལྟར།  
 སྡེ་དགའི་ས་ཞིབ་ཞུ་སྒྲེལ་ལེགས་གྲུབ་ལས་བཙུམས་པའི་ལོ་  
 ཟུས་སྟན་འགྱུར་གཏམ་གྱི་བ་དན། གུན་ལ་བུ་ལྟར་སྟོམས་  
 པའི་བྲགས་མདའ་ཞིང་། ། གུན་གཞིའི་ཞིང་སར་བྱང་ཆེན་



འབྲས་བུ་སྒྱུ་ན། ། ཀུན་གྱི་ཐར་པའི་ས་རུ་འཛུང་མཁས་པ།  
 ། ཀུན་མཁྱེན་འཕྲུལ་གཙུག་ལུ་འཕྱོད་པའི་སྒྱུངས། ། རྩེ་དག་  
 ཞེས་གྲགས་མདོ་ཁམས་འཛིན་མའི་རྒྱ། ། བརྟན་གཡེའི་  
 དག་མཚན་བྱེ་བས་གཏམས་གྱུར་པ། ། སུམ་ཅུན་ས་ལ་  
 འཕྲེས་འདྲར་ས་སྒྱུང་ནི། ། མེས་པའི་ཁེངས་པ་བསྟེལ་བ་  
 ཚར་དུ་དང། ། དེན་ཆེན་གསུམ་ལ་བཀུར་བསྟེ་སྟེ་ཞུ་  
 དང། ། མངའ་འབངས་བུམས་པས་སྒྱུང་བའི་ཕྱག་བྲིས་  
 གྲིས། ། མེས་དཔོན་ཆེས་རྒྱལ་བོད་ཆེན་ཡུལ་ལྗོངས་སུ། །  
 སྤར་ཡང་བྱོན་ཞེས་ས་སྤྱོད་ལྟས་གྱུང་སྟོག། ། རྒྱ་པར་  
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་བསྟེལ་མང་ཆེར། ། མི་ཉམས་རིང་དུ་  
 སྟེལ་བའི་མཛད་ཇེས་གྱེ། ། ཡིད་བཞིན་ནོར་མཆོག་ས་  
 གསུམ་སྟེ་རྒྱ་ཡི། ། དན་བདེའི་གཏེར་ཞེས་ཕྱགས་བཅུའི་  
 ཞིང་ན་སྟན། ། བསོད་ནམས་པརྟེའི་དགའ་ཚལ་ཡངས་པ་



དེས། ། ལེགས་མཛད་བསུང་གིས་བོས་པའི་རྫོགས་ལྡན་  
 གསལ། ། བུང་བའི་ན་ཚུང་ཅེན་པའི་བདེ་སྦྱིད་གྱིས། །  
 རྫོགས་ལྡན་དུས་དེ་སྤར་གྱི་གཏམ་དུ་བྱས། ། ཕྱིས་སུ་ཡིད་  
 སྦྱབ་དགའ་རབ་དབང་། ། མ་ཚོར་སྦྱིང་ལ་ཉལ་བ་ཡི། །  
 ཉག་རྟེན་སྤང་ཆེན་སྦྱོན་པ་ཡིས། ། བསྐྱའི་རྫིང་དེ་རྟོག་པོར་  
 བྱས། ། བྲག་སྟོགས་དཔུང་ཆེན་ཏྲ་དང་རྟ་དམག་ས་  
 གཞིའི་དུལ་གྱི་རྫིས་འགྲོ་ཞིང་། ། དྲན་ཅམ་གྱིས་གྲུང་ནག་  
 ཕྱོགས་སྤར་བཅས་ལྷ་མིན་མེ་ཡི་མངལ་ནམས་འཛིག། །  
 ལུ་ལུང་ཞེས་གྲགས་ས་ཡི་བརྒྱ་བྱེན་དཔུང་ཚོགས་བསྐྱལ་  
 མེ་འབར་བའི་སྦྱིང་། ། ཕྱེ་མ་ལེབ་བཞིན་པོ་བདུད་ལྱེབ་  
 པའི་སྦྱན་པ་སྦྱིད་པའི་ཕྱེ་མོར་སེང་། ། དྲན་པས་མངོན་  
 དགའ་སྦྱིད་པ་རི་བོང་ཅན། ། སྒྲ་གཅན་མི་མཐུན་སྦྱོར་བས་  
 བཏང་བའི་མོད། ། བདུད་ཕྱིའི་སིམ་འོད་དངོས་པོའི་



ག་ཤེས་ཡིན་སྒྲིང་། ། སྒྲུང་ཡང་བསྟན་འགྲོ་ནམ་མཁའི་  
 རྒྱན་དུ་བྱུང་། ། རྗེ་པོ་རང་བཞིན་བཟང་པོའི་འཕེལ། ། འཁོར་  
 གྱི་ཚོན་མདངས་གྱིས་བསྒྲིང་བྱུང་། ། མཐུན་པ་དབྱེ་བའི་  
 སྤང་བྱེལ་ལ། ། སྒྲིག་ཅན་བདུད་དེ་འཕྱོང་ཏུ་རེམ། ། ཅི་མ་  
 བྱུང་འཕགས་ཡུལ་སྒྲུངས་པ་སྒྲུང་ཆེལ། ། རང་འཁོར་རྩལ་  
 སྤལ་འགྲོས་གྱིས་ཆེས་རྩོག་ཁར། ། བྱ་བེ་དེ་བྱ་ཞེས་བྱའི་མི་  
 བཟང་བདུད། ། བྱུན་གསུམ་མཚན་མའི་མདངས་དེས་རིང་  
 ཞིག་གཏིབས། ། ཐོས་པ་ཉིད་ནས་ཡིད་སྤྱབ་བདག་པོའི་  
 སྒྲིང་། ། སྒྲོག་མར་འབྱེན་བྱེད་འཛིགས་རུང་དམག་གི་  
 དཔུང་། ། གནམ་ལྷགས་ཐོག་དང་མཚུངས་པའི་ནོ་དབལ་  
 ཟུང་། ། དཔས་རྒྱལ་དཔུང་ཚོགས་མིང་གི་ལྷག་མ་ཞིག །  
 དུས་གྱི་པོ་ཉ་ཞེས་བསྟན་བཟང་བྱ་བ། ། རྒྱ་མཚོའི་མཐར་  
 བྱག་ལ་འབྱན་ནོར་འཛིན་བྱེད། ། བསིལ་ལྷན་འཛིག་ཏེན་



དབང་ཕྱག་ལྷ་འབངས་སུ། ། འཁོར་པའི་གཟིགས་མེར་ལྷ་  
 དབང་མིག་སྒྲིང་སྒྱལ། ། དེ་ཆེ་སྒྲེ་བཞི་དག་བ་བཅུས་  
 མངོས་པའི། ། ཡུལ་སྒྲོངས་དག་མཚན་ལྷ་ལས་བབས་བ་  
 དེ། ། ལྷ་རིགས་རང་ལ་བཀའ་དྲིན་རྒྱུ་སྒྱལ་བའི། ། རོ་  
 མཚར་ཉན་ལ་ན་བ་བརྒྱད་པ་བྲེལ། ། ས་ཡུལ་སྒྱུང་བ་བྱུང་  
 བཀས་བྱུང་གིས་བྱུང་། ། ས་སྒྲོང་བླ་མའི་བཀའ་ལྟར་ཐོད་  
 བཅེངས་ཏེ། ། ས་མི་བྲལ་སོགས་གང་ལ་ཅི་མཆིས་པ། །  
 ས་རྒྱལ་ཇི་བཞིན་ཞིབ་མའི་སྒྲོ་ཡིས་དཔྱད། ། གང་ཆེ་ཆུ་  
 ཁམས་འཁོར་ལོའི་སྒྲ་ལྡན་ལོར། ། བསྟེན་བསྐྱངས་བྲལ་  
 བའི་བཀའ་ཡི་ཚངས་ཐིག་ཆེས། ། བཅད་དོན་འཇུག་  
 དོགས་བདེ་བའི་ལམ་བཟང་པོར། ། མཆོག་དམན་འགྲིམ་  
 འགྲལ་ཡངས་པ་དར་གཅིག་བྱུང་། ། འོན་ཀྱང་འགྲོ་བ་  
 རྗེས་པ་འདི། ། འོས་པའི་སྒྲལ་བས་མ་ཆོམ་སྟེ། ། ཁམས་



གསུམ་བཟ་འདོད་གསུམ་པ་ན། ། མི་ཞུའི་ན་ཟུག་ཅིས་མི་  
 འཕྱང་། ། འགའ་ཞིག་ཁྲལ་དམག་སྟུག་བསྐྱལ་མེས། །  
 འཆོ་རྟེན་བྱད་འཁོར་ཡོངས་ཆོག་སྟེ། ། ཐལ་བ་ཇི་བཞིན་  
 ཡུལ་མཐའ་དུ། ། ལས་གྱིས་ཕྱོགས་ཕྱོགས་ཁྱེར་བའི་  
 རྒྱལ། ། ཐལ་ཆེར་ཐ་སྟོང་འངག་སྟུ་ཕྱུར། ། ལ་ལ་གཞན་  
 གྱི་ཟླ་ལ་འདྲིལ། ། རང་ཁྲལ་སྟོང་དུ་ཁྲལ་གུན་གྱི། ། སུམ་  
 དེ་བཀལ་བའི་ཁལ་ནམས་ཆད། ། ཉམ་ཐག་འབངས་མའི་  
 གནས་ལྷགས་ཟླ་བའི་ཟེར། ། སྟན་གྱི་ཅུངྒལ་ནགས་སུ་  
 ཕྱུང་བའི་མེད། ། སྟོང་བཙུའི་ཡིད་མཆོ་འཕྱུར་བའི་ས་སྟོང་  
 དེས། ། རྟེ་སྟེ་རིམ་པར་ཅུ་ཞིབ་བྱ་བར་བསྐྱལ། ། འོན་གྱང་  
 དུས་སུ་མ་བབ་ནར་ལུས་པ། ། ས་སྟུང་བུས་གྱང་འདིགས་  
 པར་དགའ་བའི་ཁུར། ། སྟོན་བསགས་བྱེད་པོས་བྱེད་གྱི་  
 སྐལ་བ་ཞིས། ། ཉམ་ཆུང་སྐལ་པ་འཛམས་པའི་ཁུར་དུ་



ལུས། ། དེ་ནས་ལྷ་ཡིས་གནང་སྟེ་བྱང་བའི་ངེས། ། འདྲ་  
 བར་ཆེས་དགའ་བཀའ་ལྟ་ནིར་བྱའི་ཐོང་། ། མཐུ་ར་ལྷར་  
 ལྷེ་བས་དབང་བསྐྱར་ཆོ། ། དགའ་དང་སྦྱོར་བའི་ཡིད་ནི་ཟུང་  
 ཏུ་འབྲེལ། ། འདི་ཀོ་འདོད་ཆེན་ལུས་ལ་རྒྱན་ཡིན་ཏེ། །  
 ཡིན་ཏན་ཅན་ལ་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་ལྷར། ། གང་ལྷར་གོང་  
 ནས་དྲག་རེའི་གཟིགས་མཐོང་ཡང་། ། ཆོངས་པ་བདག་  
 གི་མགོ་བོར་ཁུར་ཏུ་ཟད། ། འབྲེལ་མཚུངས་རང་ཡུལ་  
 ཞིབ་པོར་ཆེས་འདུན་ཡང་། ། སྦྱོང་བའི་ཡོལ་གོ་བུལ་མ་  
 བཞིན་ཏུ་ལྷོག། ། མི་འདོད་བྱ་དགའ་གནས་ལྷགས་བཞིན་  
 ཏུ་ལྷུང་། ། གྱེ་མ་མེ་དོང་འདྲ་བའི་འཁོར་བར་གཟིགས། །  
 རང་གཞིས་འཛིན་དབང་བྲག་ཞིབ་མདུན་ས་ལྷ། ། རྒྱ་ཆེན་  
 གྱུ་དན་ཇི་བཞིན་གྱུ་མ་འགྱུར། ། གཞན་གྱེ་ས་ཁྲལ་ཞིབ་  
 པའི་དབང་སྟོབས་ཅན། ། མཚར་ཆེན་སྤྱིད་པ་འདི་ཡི་གཡོ་



ལ་ལྟེས། ། ལྟེ་ལྟེ་གས་ལྟོང་དེར་ཉིན་མའི་སྒྲུང་བ་ལ། ། མེ་  
 སྒྱུན་ལྟག་པས་སྒྱུན་པའི་གོང་བུར་བསྟེན། ། སྒྲུང་ཁྱོལ་  
 གདོན་གྱིས་སྒྲུང་བརྒྱུ་མས་སྒྱེ་བའི་ངོར། ། ཁདོན་དང་ལྟོན་པ་  
 ཐང་གཞི་མཉམ་ནས་མེད། ། གཅིག་ལ་ཡན་པ་གཞན་  
 ཞིག་གཞོད་པས་ཏེ། ། ཡོངས་མགུའི་སྒྲིང་པ་སྒྲུལ་བས་  
 གྲུང་མ་གཟིགས། ། ས་ཞིབ་ཅེས་བྲགས་ཀྱན་གྱི་མཚང་  
 བསྟེགས་མཁན། ། འདི་ལ་དགའ་བ་སྒྱེ་བའི་སྒྱེ་བོ་སྤྱ། །  
 དག་འདྲན་འདྲ་སྒྱེ་འཕྲེག་པ་མཚམས་མེད་ལས། ། བྱ་བའི་  
 ཞར་ལ་ལྟོགས་པའི་སྒྲིག་ཏེ་ཅན། ། མནར་མེད་གཡང་སའི་  
 ཁ་ན་སྒྲིགས་འཆར་བ། ། ལས་འདིས་སྒྱེ་བུངས་མི་འགྱུར་  
 སེམས་ལྟན་མིན། ། ལྷ་བྱང་དབེན་པའི་རི་སྤྱལ་ན། ། རི་  
 དྲགས་བཞིན་དུ་མི་ཡིབས་པར། ། དྲན་མང་མེད་གི་སྒྲ་  
 ཐག་དེ། ། གཞན་ལ་སྤྱས་གཏད་རང་དབང་མིན། ། དགྲ་



ཞག་གིས་བྱིན་གྲང་འབྲུག་རིག་བྱ་དང་། ། གངས་ཅན་  
 འཕེགས་བྱིན་དང་མཚུངས་རི་བོའི་སྒྲིབ། ། འབབ་འཛེགས་  
 གོ་བྲག་བ་ཤལ་ལམ་ལས་བརྒྱད་དེ། ཡུན་ཚོགས་ལྷགས་  
 བརྒྱ་འཛེབ་འཛེབ་མདའ་རུ་སྒྲིབས། ། དེ་ན་མཐོ་རིས་མཚོད་  
 སྒྱིན་བརྒྱ་པ་ཉིད། ། སྒྲིབ་ཀྱི་རྒྱང་དོར་མཚོན་ལ་མི་ཡུལ་  
 དུ། ། མཛོན་སྐུམ་བབ་མཚུངས་དཔུང་སྒྲར་ཏ་ཐའི་ཇེ། །  
 འཛུམ་ཞལ་རྒྱ་བ་མིག་གི་བདུད་ཅིར་ཐོབ། ། རྒྱ་གྲོགས་  
 བཟང་པོས་ཡོངས་སུ་བཟང་བ་ན། ། ཅི་མི་སྐྱལ་བར་  
 དཀའ་བ་མི་ཆེ་སྟེ། ། སྒྲིལ་རྒྱལ་གྲོགས་སུ་ཁྱག་པའི་རྒྱ་མ་  
 རས། ། ལྒྱའི་དབང་ཡུག་མགོ་བོ་བྲེག་ཅེས་གྲགས། དོན་  
 ཆེན་གནས་ལ་རྒྱེ་གྲོས་གཅིག་གྱུར་ཆོ། ། སྒྲིན་མེད་ངོ་  
 མཚར་སྒྲིན་ལ་ཅི་ཞིག་ངལ། ། ལྷ་དང་ལྷ་མིན་སྒྲིབ་དབང་  
 གྲོས་གཅིག་པས། ། རྒྱ་གཏིར་བསྐྱབས་ལས་མར་གསར་



བྱུང་ངེ་སྒྲོད། ། ཅོན་དང་མཚུངས་དམ་པའི་སྒྱེ་བོ་ནམས། །  
 གང་དང་ཉེ་ན་ཡན་བདེའི་བསྐྱུང་ཞིམ་འགོ། ། གྲོགས་ངན་  
 གཟའ་བདུད་དེ་ཡིས་དཀར་མཛེས་གྱེ། ། ཉ་གང་ཟླ་རྒྱས་  
 དེ་ཡང་དུམ་བུར་བཅོན། ། ཆེས་ལྡན་རྒྱལ་པོའི་བཞེད་པ་  
 བསྐྱོང་བ་དང་། ། ཉམ་ཐག་འབངས་གྱེ་ཡུན་རིང་བདེ་དོན་  
 དང་། ལས་སྐྱུ་བྱ་བ་འབྱངས་མེད་ལྷུར་བཅོན་པའི། །  
 གནས་ལ་སྒྲེ་གྲོས་དགོངས་པ་སྒྲོད་གཅིག་ལྷུར། ། རྗེ་ལ་ཞུ་  
 རོས་ཕྱོགས་སྐྱ་མི་ལྷུང་ཞིང་། ། ས་མི་ཁྲལ་ལ་སྐྱས་  
 བསྐྱུངས་གཡོ་སྒྱུ་བྲལ། ། འགྲོ་མང་བདེ་ཐབས་ཁོ་ནར་  
 གཞོལ་ཞེས་པ། ། ཀུན་ལས་འདྲ་དཀྲའ་དམ་བཅའི་བྲོ་  
 ཡང་སྒྲངས། ། ཉམ་ཐག་སྐྱོང་བའི་ཆོག་ལ་ཐུགས་བཅུའི་  
 དབང་། ། སྒྲོག་ཏུ་ལྷུང་པའི་ཆེས་ལ་མི་འཇུག་པ། ། གོང་  
 མའི་བཀྲའ་ལྱུང་དེ་ཡང་མཐའ་གཅིག་ཏུ། ། སྐྱས་ཟེན་ཇི་



བཞིན་ཕྱིགས་རེར་བཟུང་རིགས་མིན། ། འཕེས་བྱ་མ་ལུས་  
 མངོན་སུམ་པའི། ། བཅོམ་ལྡན་བཀའ་ལའང་དྲང་རེས་  
 ཞེས། ། མཁས་ནམས་བསྐྱེག་བཅུད་བདར་བ་ཡིས། །  
 དགོངས་གཞི་དགོས་པ་ནམ་པར་འབྱེད། ། དེ་ལས་  
 རིགས་དང་རིགས་མིན་ཚུལ། ། ནམ་པར་དབྱེ་ཞིང་གསལ་  
 བའི་སྒྲུང། ། བཀའ་ཡིག་གཏན་ཆོགས་མཆིས་སེཾ་ཅིག །  
 ཞིབ་ཅིང་བ་འཕེར་བའི་མདུན་སར་བསྐྱུས། ། ས་མི་བྲལ་གྱི་  
 རིན་ཆེན་དབྱེག ། འཕྲུལ་མེད་དཀར་ཆག་སྒྲུང་བྱ་བ། །  
 བརྒྱས་པའི་མ་དབ་དོ་འཕལ་བྱེད། ། དྲོག་རེ་ནས་འཕྲིན་  
 ཕྱིས་ག་ཤར་བཏང་། ། དེབ་གསལ་ས་མི་ནལ་དུ་གནས་  
 མིན་དང་། ། རྟོང་པའི་ས་རྟེན་གང་སུས་བདག་པ་དང་། །  
 རང་གི་བགོ་སྐྱལ་འོས་པར་འབྱུང་རམ་སོགས། ། མཐར་  
 ཆགས་སྒྲོ་དུད་མི་ནས་ཞུ་ཆོག་སྒྲུངས། ། མི་ཙུ་གཞན་གྱར་



སྒྲུབ་འགྲུགས་ཁུངས་འཛུགས་མ་རྟེན་གཞན་ལ་འགན་  
 འཁེར་སྒྱུར། ། ས་རྟེན་འཕྲོག་པ་རང་ཁུངས་སྒྲུབ་སྒྲེག་རྟེན་  
 དམན་དག་ལ་བསྟོན་པ་བྱེད། ། རྗེས་ཚུད་ཅན་ནམས་  
 ལྷགས་བཞིན་སྒྲུབ་བརྒྱམས་གྲུ་གྲུ་ཅན་ལ་ཆད་པས་  
 བཅོས། ། བེད་མེད་ཐ་བར་སྟོང་པའི་མཆན་བཞེད་བཀའ་  
 གཏན་དྲང་ངེས་ནམ་པར་བྱེད། ། བྱད་པར་འགྲོ་བའི་བདེ་  
 སྟོན་རྒྱུ་དུག་པ། ། མགོན་དུ་འབེད་བཅུན་འདུས་པའི་པད་  
 ཆེལ་བྱེད། ། ལྷ་རྟེན་པ་བཤུབ་གེ་སར་ཆེད་པའི་  
 རྟེན། ། སྟོང་པའི་ས་རྟེན་ཕན་བྱའི་འཛི་ཐབས་སྒྱུར། ། ལྷ་  
 བྱད་བཞེལ་སྟོན་མ་རྣམས་ཐ་ཆེད་ཞིང་། ། ཕྱག་དར་གོས་  
 བཞིན་པེད་དུ་དོར་བ་དག ། ཆོས་མཐུན་འཛི་བའི་རྟེན་དུ་  
 འཛིན་སྒྱུར་དེ། ། ལྷགས་ལྷ་ཐུང་ཐུང་ལས་ཅི་སྟེ་  
 འགོངས། ། ཆེ་འདེབས་མ་རྣམས་མཆེལ་མའི་དུལ་བཞིན་དུ།



། དེར་རྫེས་འདེབས་བཀོལ་བཅུན་འབྲས་སྦྱར་བ་ཡིས། །  
 ཡོངས་བརྒྱལ་སྦྱར་བཅོད་གྱར་ཆེ་སྦྱར་རམ་པ། ། ཅུབ་སྦྱོར་  
 ཐལ་ཆའི་འཕྲང་ལས་བགས་གྱིས་བྱོལ། ། ལས་གྱི་ག་ཉིན་  
 རྫོའི་ཕྱག་མཆོན་ཞིང་དབྱག་མཆོན། ། རྣམ་པ་བཟན་ལ་  
 དམར་ཅི་བྱག་པའི་གཟུགས། ། གང་ལ་འཕངས་པས་ཐལ་  
 བར་ལྗོག་པ་དེ། ། འབྲུ་མན་གདུག་པའི་ལག་ན་དཀར་  
 ཞེས་སྦྱང་། ། ཅུབ་མེད་རྫོའི་རྩ་བརྟན་གྱར་ཁང་དབྱས། །  
 གནམ་ལྷགས་འཁོར་ལོའི་ཅུབ་སྦྱང་ཁྱེ་ཆེན་འབྱིང་། ། ཅུ་  
 ཡིག་རྫོང་ལ་མི་འཁར་ས་འགག་ཚུའི། ། རྩ་བའི་སྦྱབས་ལ་  
 བརྟན་པ་བཅོན་པེ་མིན། ། གངས་ཅན་བོད་ཅེས་མཐའ་  
 བཞིའི་རྒྱལ་ཁབ་ལས། ། གསེར་རིའི་དབྱས་ན་ལྷན་པེ་  
 ལྟར་བརྫིང་པ། ། དམ་པ་ཆོས་གྱི་གཟི་དཔལ་ཁོ་ན་ལས། །  
 ཆོང་འབྲུལ་ཅམ་ལ་ག་ཁ་བསྒྲིགས་འདིས་ཅི། ། དེ་སྦྱང་



བརྟན་སྤྱོད་བདེ་དོན་བཅུན་པ་ཡི། ། བ་གད་དང་སྐྱབ་པའི་  
 ཆོས་གྲུའི་ཉིན་ཅ་ནམས། ། ཉམས་མི་ཤོར་བའི་ལྷག་ལྗོ་  
 རྒྱུ་བཟུང་བས། ། མཆོད་སྦྱོན་མངའ་བདག་མཆོན་དེ་དོན་  
 ལྡན་བྱས། ། རང་རང་སྤྲོན་བསགས་ལས་གྱི་རྗེས་འགོ་བ། །  
 འཕྱོར་རྒྱུ་མཐོ་དམན་མཐའ་གཅིག་སྟོམ་པ་ལ། ། ལས་  
 འབྲས་སྟེགས་བྱུང་མེས་པོའང་ངལ་གསེམ་མོད། ། བཏང་  
 སྟོམས་ཆོད་མོད་བསམ་པ་ལྷ་ཤེས་བཞིན། ། ཞག་གི་  
 ཡུང་པོ་བདུན་གྱི་རིས་པར་གྲུབ། ། བདེ་བས་མནར་བྱུང་བའི་  
 སྤྱོད་ལྷག་ཉིལ་ཅམ་བྲལ། ། འདུ་སྟོ་འཕྲེག་པའི་སྤྲིག་ཉིས་  
 མ་གཤོས་པ། ། ཡུ་བུ་ཅག་གི་ལས་འདྲིའི་བྱུང་ཆོས་གྲུབ། །  
 དེ་སྤྱོད་རྒྱུ་ཏུ་དཀར་མཛེས་གྱི། ། འཛུམ་མདངས་ལྷག་  
 ལྷག་གཡོ་བའི་དར། ། གཏམ་བཟང་བ་དན་ཆོངས་གནས་  
 ལ། ། དཔྱོད་ལྡན་དབྱུ་འཕང་བསྟོད་ཕྱིར་བསྐྱོངས། ། ཞེས་



སྒྲུལ་ཏེ། རང་བཞིན་ངེ་ལྟ་བར་བཟོད་པའང་སྤྱིད་མོད།  
འགའ་ཞིག་ངན་བྱས་ངེ་བྱུང་དང་། ཁ་ལྟམ་དགོས་དབང་  
སྟན་ངག་འབྱོག་བཟོད། རྩིལ་པོས་སྒྲུབས་དེའི་ནོར་འབྱུལ་  
མ་རུངས་བསམ་སྦྱོད་གྱི་ལོ་རྒྱུས་གསལ་པོར་མཆོན་ནོ། །

སྦྱི་མཛོད་དུ་ཉན་འགྲམ་ཐོག་ངག་ཆོས་གཙོས་ལས་  
བྱ་རང་ཁོངས་གྱི་དཔོན་ཁག་ནམས་ནས་ཁ་ལོ་ཅི་འདོད་  
དུ་བསྒྱུར་བ་དབྱས་མདའ་བྱེདས་པས་བྲག་གཡབ་གྱི་ས་  
ཞིབ་བྱས་པར། ཁུལ་འདིར་བྲག་སྒྲུའི་ཆོས་གཞིས་ཉིད་  
ལས་གཞུང་རྒྱགས་དང་སྒྲེར་པ་སྒྲིང་ཁག་གཉིས་འདྲེས་  
སྟོང་དང་འདྲ་བའི་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བ་མེད་ནའང་། སྟོང་  
གི་སྒྲེར་ཁག་ཆོས་གཞིས་དང་ཆ་འདྲ་ནང་ཁུལ་བྲག་ཇེ་  
གོང་མ་ནམས་གྱིས་བཀས་བཀོད་གཞུང་སའི་རྒྱབ་བསྟོན་  
ཅན་གྱི་འཛིགས་བེལ་ངོམ་པ་མང་བར་བཏེན། སྒྲ་དཔོན་



རྣམས་གྱི་རྒྱལ་རེ་པམ་དོགས་ཞུ་ཏེན་བཅུད་ཁུ་རྒྱ་མཚོ་  
 ཅོམ་བསེངས་འབྱུང་བླ་འབངས་སྦང་མ་འདྲ་བ་ཞིག་བཟོ་  
 འཤེས་ཅོམ་ལས་ས་ཞིབ་མཐའ་འདུས་མ་ཐུབ་ངེད་ལྷོ་ཨྲོང་  
 ཡོད་སྐབས་ནས་ལྷ་སར་ལོག་སེང་ཞིང་། དེ་ཨྲེས་ལས་  
 ཚོན་ཅེ་རྒྱུ་ཐུབ་བསྟན་གྱིན་འཕེལ་སེང་བས་གྱུང་དེ་བཞིན་  
 ཐོག་ནད་འདས་དང་། སྐབས་འདིར་ལས་ཅེ་མཁུན་རབ་  
 དཔལ་ལྷན་ལགས་ནས་ས་ཞིབ་བྱ་ཐུར་ཐག་བློའི་ཁ་ཁུར་  
 དཔོན་ངན་ཚོས་འབྱུ་ཁལ་སྟོང་ཐུག་མང་པོའི་འབུལ་  
 འཛོན་གྱིས་མཚོན་དངོས་ཨྲེས་མོད་མི་དམའ་བས་བརྟན་  
 གྱིན་ཉམ་ཐག་ཁས་ཞན་ཚོ་གྱི་རྒྱུད་ཅེས་པའི་སྐྱུག་སྦྱང་ཅོམ་  
 ཡང་མི་ཐེངས་པར་མནན་ཏེ་དཔོན་ངན་སེ་སེས་ངན་  
 བདག་ས་མི་ཕྱིར་སྟོག་ལྷ་ཅི། ལྷོས་པར་བཅས་ལ་ས་ཞིང་  
 ངན་བསྟོན་སོགས་འདྲོད་རྒྱའི་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་གྱིས་གྲུབ།



གདོང་གོང་གོང་མ་རྣམས་བྲག་ལྷོང་སྤྱོད་ཕྱོགས་ཞབས་  
 ཞུས་རང་ཁོངས་སྡེ་དཔོན་ཆེ་ཁག་ཆོ་ལས་མི་དམན་ཁར།  
 གོང་མ་ངག་དབང་དམ་ཆོས་རྒྱ་མཚོ་དེ་ཉིད་སྐྱབས་ཇེ་  
 བདུན་བརྒྱད་གཉིས་ཀས་དབང་ལུང་མན་ངག་རྒྱ་ཆེ་  
 གསན་ཡུལ་གཙུག་གི་རིགས་བདག་ཏུ་བཞུགས་ལ་དེད་  
 གུང་སྤྱི་ཟུར་བཙས་ལྷགས་རྩོད་དབང་ཆོས་སྤྱོད་བྱས་ཇེས་  
 རང་ཁྱལ་གཞན་གྱིས་བསྐྱོན་བྲལ་ཡིན་བཞིན་པར། ཁོང་  
 ཆོས་དགའ་མིན་ཞེ་ནད་གྱིས་བྲག་ཇེ་རིམ་པས་སྐྱལ་ཐམ་  
 གཙང་བཙན་གྱིས་ཆོད་པའི་མཆོད་གཞིས་དང་བསྟེར་ཁ་  
 འགས་ཁྱལ་ཁོངས་སྤྱོད་སྟོག་ཐོག ལས་ཞིབ་བྱས་ཁྱལ་  
 རྩུ་ཆེའི་མིང་ཡང་སྤང་ལ་དེན་སྟོང་འཇའ་ཆོན་ལྷ་བུ་ཞིག་  
 བཟོས་རི་ཞོ་བྱིམ་ཁལ་འབྱས་འཁོར་ཆེ་ཙམ་བྱུང་འདུག་  
 པའི་ཐད། ཆགས་སྤང་དུག་ཆོར་གྱི་ཡུང་པོ་དེས་ད་ཆར་



བསྐྱར་ཞིབ་དགོས་པ་ཞིག་མ་བཟེས་ཐབས་མེད་སྟམ་པའི་  
 ཐུག་གཡའ་ས་ཞིབ་ཏུ་ཅང་དྲང་བདེན་མིན་པ་བྱུང་ཚུལ་ཕྱི་  
 སྟན་འབྱུང་ཕྱིས་གནང་བྱུང་བར་ནང་བཅར་བྱས་པར་  
 མེབས་རིགས་སུ་བཀའ་བླའི་སྐབས་མཁན་ཚུང་གླེ་དོན་  
 གྱིས་སྒྲར་མཛོེ་གསང་གསུམ་ཁྱལ་ས་ཞིབ་བྱས་པ།  
 གཞུང་འབངས་གཉིས་སྟན་གྲ་འགྲིགས་འབྲས་ཚང་གང་  
 ལེགས་ལ་བར་ལམ་ཇི་སྟེ་ལ་པོས་ས་ཞིབ་ཏུ་  
 མངགས་པ་ནམས་གྱིས་མི་མེད་ཐོག་བརྒྱབས་གསེག་  
 གཏོང་འཤེས་ཅིམ་ལས་ལས་དོན་འབྲས་ཚང་བྱས་མི་  
 འདུག་ཅེས་ཟེལ་གཞོན་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཁོ་བོ་  
 ཁམས་ཕྱོགས་འབྱོར་བསྐྱོན་ཞིབ་ལས་པ་ནམས་བཟུང་  
 འཕྲོས་དང་འབྲེལ་བྱོད་རང་མཁན་མདའ་གཉིས་ནས་སྡེ་  
 དགོའི་ས་ཞིབ་གང་ལེགས་བྱུང་ཁར། མཁྱེན་དཔལ་



འགས་ནས་བྲག་ཁྱུ་ལ་ས་ཞིབ་གྲང་ཐབས་ཆག་གྲུབ་སྟེ་  
 རྒྱས་དཔྱད་གཏན་འབེབས་ལ་ལག་རྟགས་ཕབ་ཟིན་ད་  
 ཆར་སྒྲི་ཞབས་རང་ནས་རྟོག་སྒྲི་བསྐྱངས་ན་རང་གཞན་  
 གཉིས་གཞོན་ལས་དག་མཚན་ཅི་ཅེ་ཡོད། སྒྲི་མཛོད་གྱིས་  
 གཙོས་རང་ཁྱུ་ལ་དཔོན་ཁག་ཆོ་ས་ཞིབ་པའི་ལས་བྱ་  
 ཁོངས་བཞག་པར་ཁོངས་གཏོགས་གཞུང་ཞབས་མཁན་  
 སྟེ་ཅམ་གྱི་ངོ་ཚབ་ཅིག་འཛིན་འོས་མ་བཞག་པ་ཁོང་ནམ་  
 པས་རྟོག་འཇུག་ལེགས་པར་མ་ཐེངས་པའི་སྒྲིན་དུ་འདུག་  
 པ་མ་ཟད། བྱིད་རང་གཞུང་དོན་ཕྱོགས་ཐོན་མལ་འབྱུང་  
 གཞིས་དགོན་ལ་འབྲས་འཁོར་ཕྱན་བྱ་དེ་དག་བདེན་  
 གནས་ལ། གྲུན་འཛོལ་ལྷ་བྱར་དག་མཚན་ཆེ་མིན་གང་  
 ལྟར་སྒྲུར་ཡོད་དུང་ཆེ་ལས་རིང་མིན་ཉམས་ཕན་ཡོད་ངེས་  
 བྲག་ཁྱུ་ལ་འཛོལ་འཛིན་དུ་བསྒྲི་བཞག་ཡོད་འགྲོ་བ་དང་། ལྷ་



དཔེན་ཁག་གི་ཁ་འཛིན་སྡེ་འཁོག་སེ་སེའི་འགོ་རྫིས་ཞེས་  
 བ་དེ་ཕྱིར་འཐེན་སེང་ཚབ་མ་བྱ་ཡོངས་སུ་འཆོ་དཔེན་  
 ཁག་བཅུ་གསུམ་གསར་འཛུགས་དགོས་པ་སེང་བ་དེ་  
 དག་ནང་གི་ལས་འགན་ཆེ་གས་དང་བྱས་རྫིས་ཅན་ལ་  
 ཆེད་དམིགས་གཟེགས་བཟེས་དགོངས་བཞེས་གནང་བ་  
 ཞིག་ཡིན་སྟབས་འཆོ་དཔེན་ཁག་གཅིག་གའོང་སྒྲིའི་ཁ་  
 འཛིན་དུ་སྒྲོད་དགོས་འདིར་ཡོད་ཞིབ་ལྟན་ལ་མེལ་འབྲས་  
 སེགས་གསུང་དོན་ཕྱག་བཀལ་བྱིས་ཆང་འཁོང་ཁ་དར་  
 གན་གས་བྲལ་ཡངས་འབར་སྒྲོད་འབྲུ་ཁོངས་འག་ཁག་  
 ལྟ་ཡི་འཆོ་དཔེན་བཅས་བདེ་སྒྲག་སྟལ་སེན་བྱང་ཞིང་། དེ་  
 སྟབས་ནས་བྱང་འཆོ་འཛིན་ལ་དགོ་བེད་ཆེ་བ་ཡོང་ངོ་མ་  
 འགར་ཡང་། ངན་སྒྲོད་སྒྲོད་བ་ལ་ཉམས་སྒྲོད་ཅན་དཔེན་  
 གན་གནང་བྱང་བའི་བྱེད་བསྐྱེགས་གཉིས་ལྟན་བཀའ་ལྟང་



ཆར་རྒྱན་བཟང་པོས་མི་བཟོད་ཞེ་སྒྲུང་གི་མེ་དཔུང་རེ་ཞིག་  
 བཅིལ་ཁུལ་ཉིན་༢༡ལ་ལས་ཞབས་འགའ་ཞིག་གི་མགོན་  
 རྟོན་ལ་བཅར་ཏེ་དགོངས་ཞུས་དང་བཅས། ཟླ་༡༡ཆེས་  
 ༡༡ལ་གདོང་ལོང་དུ་ལོག་ཆེས་༡༢ཉིན་བྲག་ཐུའི་ཕྱི་རྒྱ་  
 རང་བཅུད་ལས་དོན་གང་ཅི་ཏེ་ག་འདྲུག་ཕྱིད་པའི་འཆོ་  
 འཛིན་གྱི་བཀའ་རྒྱ་ལག་བྱེད་ཐེབས་སོ། །

སྤྱི་ལོ་༡༩༤༡ལོར་རྒྱ་ཏུ་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་  
 གམ་གནས་མཆོམས་གྲ་རྣམས་དང་། དགོན་ལུང་པའི་གྲ་  
 ཁ་༢༡ལ་གདན་ཞུས་ཆེས་གཏོར་ལྟ་གསོལ་བཅས་སྒྲོ་  
 རྟོན་ཉིན་གསུམ་དང་། རྒྱལ་བཀའ་གསུང་སྒྲོག་སོགས་  
 འཆར་ཅན་ཐོག་སྤྱལ་སྤྱུ་རྒྱུ་བ་དང་། སྤྱིད་མ་སོགས་དོན་  
 གཏོར་ཅན་འགའ་ཞིག་ལ་སྒྲོ་སྒྱུང་དོན་བདུན་མའི་བྲིད་  
 ལུང་བུས། ཆེས་༡༢ལ་གདོང་ལོང་ནས་ཐོན་དཔེན་འདུམ་



སྒྲེབས། དེ་སྒྲེན་སྒྲི་མཛོད་འཛོན་སྒྲེབས་དྲ་ཏན་ལ་གཞུང་  
 ཞབས་ནང་གི་ཇོ་སྐུ་གམ། མཁན་རྒྱུ་གི་གོ་གནས་བྱུང་  
 ན་ཞེས་རེ་འདུན་གྲོས་འཆར་འདོན་མཁན་རྒྱུ་གཙུག་  
 ཡུལ་བྱ་ལྟེ་འཆར་འཛིགས་མེད་དབང་ལྡན་རང་ཉིད་ཡིན་  
 ཅིང་། དེད་ལས་དབང་ཞུས་ཆོས་ཉན་དད་གྲུས་ཆགས་  
 འཛོག་ཆེ་གྲས་འཁོག་གྱུང་། ད་ཆར་སྒྲི་མཛོད་དྲ་ཏན་གྱི་གོ་  
 མེད་འཛོན་བཞེན་པར་སྒྲོག་དང་མི་གཉིས་པའི་དབང་ཐང་  
 དེ་གཞན་ཞིག་གིས་བཙུམ་པའམ། ཐུག་དྲ་ལས་ལྷག་པའི་  
 འཛོན་འཛོན་ལ་བཞེན་དགོས་སྒྲུར་མེད་གསར་སྒྲོས་ཡོད་ཀྱི་  
 ནི་དེ་དེ་སྒྲོབ་དཔོན་ཡིན་རྒྱུ་ཆེ་གྲུ་འབྲས་ནས་བཙོར་བའམ།  
 མིག་ཏུ་མདའ་བྱུག་པ་ལས་གྱུང་ཆོར་བ་ནི་ལ་དྲག་པ།  
 ལྷོ་པ། མི་བཟད་པ་ཡིན་པ་དང་། མགོན་ཆོས། ། མཆོད་  
 དཔོན། ལྟེ་འཆར་། རྒྱུ་གཉེར་དབང་འཁུགས་ཅན་མང་



དེས་ད་ཡང་གདོང་ཀོང་སྐྱལ་སྐྱལ་མཁན་རྒྱུ་མདོ་མེད་བྱུང་  
 རྒྱུ་། གཉི་ཐུག་གླེན་པ། ཆོས་དྲེད་འཆལ་པོ། དཔོན་ས་  
 བཟུང་བཞིན་དཔོན་གྱི་ལར་རྒྱ་མི་འཛོ། རྒྱ་འདོད་གྲང་སྡེ་  
 ཐོག་ནས་བསྐྱུ་སྒྲངས་མི་འཕེས། དག་འདུལ་བཞིན་མ་རྒྱས་  
 ཇོ་བཟང་། གཉིན་སྦྱོང་དགོས་ངེས་ཆེར་མེད་གྲ་རྒྱུང་སྒྲང་  
 བ་སྦྱོབས་ལྡན། དེད་ཅག་གི་བསམ་སྦྱོང་དང་པལ་ཆེར་  
 རྒྱབ་འགལ་དུ་རྒྱུར་པ་འདིས་ལན་གཅིག་མནན་འཁོར་ན་  
 ལྡང་བར་དགའོ་སྐྱམ་ངེས་དང་ཐོག་གདོང་བསྐྱུ་སྡེ་ལེན་  
 ཟབ་གཟེངས་ཐོག་དེམ་གྱིས་ཞུ་དེགས་སུ། ཉིད་གདོང་  
 སྐྱལ་སྡེ་བྱུར་དུང་ཆེས་དྲག་སྒྲུའི་འཛོ་འཛིན་གནང་བ་བབ་  
 འོས་འཐད་གསུམ་ལགས་གྲང་། གཞུང་ཞབས་མཁན་  
 རྒྱུ་གིས་འཛོ་འཛིན་མཛོད་པ་བྲག་སྒྲུ་ངོ་མཚར་ཐོག་ཆེན་  
 པོ་བྲང་འདི་སྡེ་པ་གཞུང་སྒྲུ་གཉིར་གྱིས་བཟུང་བ་བསྐྱུ་སྒྲུ་



གཞུང་ཆེད་དང་པལ་ཆེར་ཆེས་མཚུངས་པར་འགྱུར་བས་  
 དེ་འདྲའི་མཚན་དོར་དུ་གསེལ། སྤྱི་ཟུར་དུང་ཆེའི་ཐོག་ཆེས་  
 སྤེད་གྱི་འགན་དབང་ཅི་འཛིན་ལ། དེད་ཚང་མས་བརྩེ་  
 བཀུར་དངས་བསྟོད་ཞུ་གན་འབུལ་ལོ། ཞེས་ཁ་མཛེས་སུ་  
 སྒྲིག་སྟེ། སྤྱི་ཟུར་མཛོད་ཡིན་སྐབས་སུ་ནི་གཞུང་ཞབས་ཞུ་  
 འགའ་དང་། ད་ཡང་འདི་འདྲ་ག་ཤེད་མེད་མི་ཡི་འགྲོ་བ་  
 འགའ་ཞིག་གི་བྲིལ་གཞུང་ངང་ཚུལ་གཟིགས་དང་། གཡོ་  
 སྤྱིའི་ལན་དུ་ཚོན་གཏམ་འཇལ་བ། དེད་གཞུང་ཞབས་རིམ་  
 བཞི་ལས་ལྷག་པའི་བྲག་སྤྱིའི་འཛོལ་འཛིན་མི་དགོས་ཀྱང་  
 གོང་མའི་བཀའ་བཞེད་ཐོག་ཏུ་བབ་པའོ། ། ཁོ་ཚོས། ཉིད་  
 མི་བཞེད་ན་དེད་མགྱོན་གཅིག་གིས་དགོངས་སྟན་འབུལ་  
 ཆོག་པ་ཅི་གནད་། ལན་སྒྲས་པ། བྲིལ་ན་ཞུས་ཤིག་དང་  
 ཆེས་སྟོའོ། ། དེ་དག་གིས་ལེགས་སེ་ཞེས་ཀྱུ་མཚན་ཕྱ་



ཞིབ་ལའོད་པའི་སྒྲན་ཞུ་བྲག་གཡལ་བླ་འབངས་སྒྱི་མགྲིན་  
 ཞེས་པ་བཞོད་དེ་ཞུ་ཏེན་གཏོས་ཆེ་བ་དང་བཅས་མངོས་  
 བཅུ་ལྡེ་འཆང་ཀུན་བཟང་ཆབ་མདོར་བཟྍངས་སོ། དེས་  
 རུས་འཁྱགས་ཅི་ཡོད་གྱིས་བསྐྱལ་ཡང་གནང་བྱུང་ནན་  
 བུའི་ལན་གཅིག་སྒྲ་བའི་པ་བོད་གཡོ་བར་མ་རུས་ཁར་  
 བཀའ་བཟྍང་དྲག་བཅན་གྱིས་ཚར་བཅད་དེ་ཚོང་པ་ཇག་  
 ཆེས་གྱིས་བཅོམ་པ་ལྟར་རྟོད་པ་གང་ཡང་མ་བྱུབ་ལག་  
 རྟོང་དུ་སྒྲར་ལྡོག་པ་ན་འབངས་མི་འགའ་ཞིག་གིས་མ་  
 དྲང་བརྟུང་གསེག་བྱས་ལྟར་ལའོད་པའི་དཔོན་ཁག་ཁ་  
 འགས་ལ་གྱོད་འཇུགས་ཞུ་ཐོ་འབྱོར་བ་ཞུ་བཞེས་འཆར་  
 འབྱལ་བྱེད་བཅའི་ཏེན་ཁ་ཐོན་ས་བཅས་གྱིས་བསྐྱར་ནས་  
 གུས་པས་བརྟུང་ཅིང་ཅི་དྲག་གོས་འདྲི་བའི་ནམ་པ་སྟོན་  
 པར་བྱེད་དོ། ཏེན་དང་མཚན་དུ་ཡང་ཡང་དཔྱད་བྱུང་བྱི་



རོལ་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ངོས་འཛིན་མ་ཐུབ་པའི་ནམ་པར་  
 རྟོག་པ་ནི། འདི་མུས་མཐེག་བཟུང་བྱས་ཆོ་རྒྱལ་ཁབ་མན་  
 ལྷན་བསྐྱེལ་དགའ་ངལ་མཐར་ལེགས་པེ་ཡོང་མིན་སེམ་ཉི་  
 དང་། འདོད་ཐོག་བྱུང་ཡང་བྲག་ལྷུང་གཞོད་རྒྱུན་ཆེ་བ་ཁོང་  
 ཆོས་བཤམ་པ་བདེན་གནས་མཐའ་ངན་གཏོང་རྒྱུ་མི་  
 རུང་ཞིང་། རང་ཡུལ་གཞིས་དགོན་སྦྱང་དགོས་ནམ་རྟོག་  
 འཇུག་བྱ་ཁོམ་བྱེད་ནུས་མེད་པར་གཉེར་ལས་བྱེད་དོན་མ་  
 བོ་སྒྲེ་ཡིད་མི་ཁེལ་བ་ཆོའི་ལག་ཏུ་འཇོག་རྒྱུ་གིས། ཡུལ་  
 གཞན་དཔོན་འབངས་ཐོག་དོན་མེད་སེམས་བསྐྱེགས་  
 དང་། གཞན་ཡང་སེམས་བག་རྒྱུང་ཆ་གཞུང་ཞབས་  
 དབང་ཇུས་འདི་ལས། རང་ཡུལ་རྒྱུ་ཆེའི་མིང་ཐོག་བཟུ་  
 འཇོག་དབང་འཁུགས་ཆེ་ཙམ་ཡོང་ཐབས་སྒྲེར་ཕྱོགས་བྱ་  
 བའི་དུས་ལ་བབ་བོ་སྒྲུམ་པའི་འདྲེ་སེམས་འཁུག་ཞུགས་



ཆོག་སྒྲེ་བསྟན་པས། ཁོང་ཆོས་དང་ལ་མ་བརྟེན་པར་འཆོ་  
 འཛིན་མི་དགོས་པ་བྱ་རྒྱུ་གནས་དུ་འཕུར་བ་ལས་གྲུང་  
 ཆེས་དགའ་བའི་དུས་འདིར། ཆོས་སྤྱང་བསེ་ཡི་བྲབ་ཅན་  
 གྱིས་གདོང་གོང་མཁན་རྒྱུ་གི་སྒྲོ་ཁ་དང་གྱི་ཕྱོགས་སུ་  
 བསྐྱར་བ་འདི་ཆེས་ལེགས་གྱི་ད་ནི་བསྐྱུ་ཞིང་བྱིད་པའི་  
 དུས་ལ་བབ་བོ་སྟམ། ཉིད་མཁན་རྒྱུ་དགོངས་ཞུས་བྲག་  
 གཡལ་རང་དུ་དྲུང་ཆེའི་མཆོན་འཛིན་གྱིས་བཞུགས་གྲུབ་  
 ཆོ་སྒྲེ་མཛོད་དང་མཚུངས་པའི་བཙུ་བཀྱར་དངས་བསྟོད་  
 ཞུ་གན་འབུལ་ལོ། ། བྱན་དམིགས་འབྱུ་ཁལ་ལྡ་བརྒྱ་ཐམ་  
 པ་འབུལ་ལོ། ནམ་འཆོའི་དིང་ལོ་ལྟར་ཕྱོགས་འཕར་འབྱུ་  
 དུའི་ཁལ་དུག་ཅུ་དང་གཟན་ཁལ་སྐམ་བརྒྱ་དེ་འབུལ་ལོ།  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོ་གང་དགྲ་འདུལ་གཉིན་སྒྲོང་གི་  
 བྱ་བར་ནས་འཁོར་སྒྲོང་གོམས་ཡུན་སྐམ་ཆོགས་པ་དེ་དག་



གིས་ཁོ་ཁོ་ཅོ་རིའི་རིང་བསྐྱོར་དུ་བྱིང་། དཔ་བསྐྱོན་བསམ་  
པའི་བསམ་ནག་གི་ཞུ་མེ་ཉིས་བཙུགས་ཚུར་གཡེགས་པ་  
གྱུན་ནས། སྐབས་ལྟུང་མདེ་སྒྱུ་གནད་བྱུང་བར་བྲག་ལྗེ་  
འཆོ་འཛིན་དགོངས་སྟན་དང་། བྱུགས་གཅིག་ནས་ཕྱི་  
ཡིག་ཚང་བརྒྱད་སྟོང་སྟོང་སྟག་བྲག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་  
མཆོན་ལའོད་ལས་ཞབས་ཆབས་ཅིག་དགོངས་སྟན་ལྟུང་  
ཏེ། སྒྱུར་སེ་སྒྱུ་འཆིང་བ་ཀུན་ལྡན་འཛིག་ཏེན་འགྲོ་བ་མི་  
རིགས་ཚེངས་པའི་རང་བཞིན། ཡང་སྒྲོས་སྒྱུ་ཆོགས་སྟོང་  
པའི་དུས་ངན་ལུན་ནག བྱུང་པར་ནམ་ཀུན་གོ་མིང་ཞིག་  
གི་རེ་སྟོང་རམ་སེམས་སྒྲིག་རྒྱུ་ཚུ་རིས་ཀྱི་རྗེས་བསྐྱེགས་  
ཆོགས་ཆེ་དོན་སྟོང་སྟག་ལས་སྒྲ་དགུར་མགོ་འཁོར་  
འཆལ་པོ་ངོད་ཀྱི་ཆོས་སྟོང་ལས་སྟངས་ཁྱུངས་མ་འབྱེལ་  
འདི་དག་ལ་དཔེ་བླངས། སྒྱུད་པས་མི་ངོམས་སྟག་བསྐྱུལ་



ཀུན་གཞི་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་སྤྱིད་པའི་ཤུན་ཚོགས་མཐའ་  
 དག་ལ་ངང་པ་མཆོ་འབྱུགས་སུ་ཞེན་པ་ལོག་པ་ལྟར་  
 སེམས་ཡིད་གཏིང་ནས་སྒྲེ་སུན་གྱིས་བཅིངས་བཀྲོལ་འགོ་  
 གེད། སྤྱིད་ཇུས་ལྷགས་བཟང་། སྒྲེ་མཐུན་གྲོགས་མཆོག་  
 བཅས་ལ་སྤྱིད་ཐག་པ་ནས་སྒྲུབས་གསོལ་མདུན་ལམ་  
 འདམ་ཀ་མ་ནོར་བ་ཞིག་མཛོད་གལ་ཆེ་བ་འདུག་སྟུང་མོ།  
 ། སེ་རའི་དོན་རྒྱུན་སོགས་ཇེས་ཡོད་གི་གནས་ཚུལ་ལ་  
 བལྟས་ན་ཆོད་ཐོག་པ་འདྲ་མོར་ཡང་སོང་བ་སྟུང་། དཔྱེན་  
 འདུམ་སྤྱོད་རིང་མགོན་ཆབ་པ་བྱུང་སུམ་རྟགས་དང་། སྒྲེ་  
 མདོ་ཀླ་ལ་པའི་མཆོམས་སྒྱུར་ལྟ་པ་བསྒྲུབ་བྱིད་བྱས།  
 ལས་ཆོན་སྒྲེ་དང་བྱུང་པར་མདུན་འཁོར་ཆོས་མཐུལ་རྟེན་  
 གསུམ་དང་བཅས་སྒྲུབས་ཇེ་རིན་པོ་ཆེ་བརྒྱད་པ་མཆོག་  
 དེ་ཉིད་གྱེ་ནམ་ཐར་ཞིག་བསྒྲིགས་ཚུམ་དགོས་ལྷགས་



བཞིན། དེ་ཉིད་གྲ་སར་ཐེབས་གྱི་བར་ལོ་ཕྱིར་མགོན་གཉིད་  
 ཆེན་མོས་བཞེད་པའི་ཉིན་ཐོ་དང་། རྣམ་ཐར་ལོ་རྒྱས་ཕྱི་མ་  
 མཁའོ་ཡིག་ཆ་ཁ་འགས་ཕྱི་མ་ཞུས་རང་གི་དག་ཆོག་ས་  
 སུའང་བསམ་ཕྱི་མ་ཁས་བླངས། ས་ག་ཟླ་བ་ནང་གདོད་  
 གོང་དུ་འཕྱོད། དུས་བབ་ལ་གསེ་སྦྱང་མཆོད་འབུལ་  
 དང་། དུག་པའི་ཆོས་བཞིར་འཁོར་ཁ་བྱིས་གཞིས་སུ་  
 འཁོད་པར་བྱིན་ཏེ་རྣམ་རྒྱལ་སྦྱང་མཆོད་བཏོན། ཆོས་  
 ལ་འཁོར་ཁ་སྦྱིས་ཟེར་དོན་ཡུལ་ལྟ་བུ་སྦྱོར་བ་རིན་ཆེན་  
 རི་འགོར་རི་སྦྱང་ལྟ་བུ་བསངས་ལ་བྱིན་ཅིང་། དེ་ནས་ཉིན་  
 མང་འགེ་མ་ཁེ་སྦྱངས་པའི་ས་ཡུལ་དུ་སྦྱོད་སྒྲིག་གཟབས་  
 རྒྱས་བཅོན་བསྐྱེད་སྦྱངས་རྒྱར་འབྱམས། བྱིར་འཁོར་ཏེ་  
 སྦྱོར་གྲོང་མི་ཁ་འགས་ལ་འབུལ་བསྐྱབ་གཙུང་དོན་ཡོད་  
 དོན་གྲུབ་རྣམ་ཐར་དང་། ག་འཁོར་ཇི་ཆོས་རྒྱལ་རྣམ་ཐར་



ལའབ་སྟོན་ཐལ་ཕྱིད་བྱས། གནང་བྱུང་མཛོད་པས་འཚོ་  
 འཛོན་སྟོང་ཐག་པ་ནས་ཡིན་མིན་སྟོ་འདྲིའི་ཡི་གེ་བྱུང་བར་  
 དངོས་གནས་ཡིན་ལྷགས་བྱས་པ་དང་འབྲེལ། རིང་མིན་  
 བཞེད་དོན་ཐག་སྒྲུའི་འཚོ་འཛོན་སྟོད་མེས་མེད་ཆེ་  
 དགོངས་ཁྲོལ་དང་། ཐག་སྒྲུར་སྒྲུར་ཡོད་དུང་ཆེའི་ལས་  
 མིང་རང་འཇགས། འཕྲལ་དུ་ཆབ་འབྱེར་དགོས་ལྷགས་  
 ཕེབས། ཟླ་དཔའི་ཆོས་འགོར་ཆབ་མདོར་བཅར། ཆབ་  
 ཞུགས་གཞུང་ཆབ་སྒྲེར་ཁག་བཅས་ཀྱི་སྟོ་སྟོད་ཀྱིས་  
 གཡེངས། བར་འདྲིའི་ཉིན་ཐོ་མ་རྟོད། དག་པའི་ནང་ཞུ་  
 མེས་མཁན་རྩུང་དང་། མདོ་ལས་དདུལ་ཁང་དོ་དམ་  
 བཅས་ལས་ཞབས་ཆབས་ཅིག་དགོངས་ཁྲོལ་མགོ་མཆན་  
 ཕེབས། ལྷ་མཆོད་དུས་ཆེན་ཉིན་ལས་ལྷན་མཛོད་སྟོའི་དུས་  
 ཆེན་མཇལ་དར་ལ་བཅར། ཕོགས་ཁང་དུ་དདུལ་དམ་



ལས་དོན་ཡིག་རིགས་དངུལ་འཕྲེས་བཅས་ཕྱིས་འབྲུལ་  
 དང་། ཆད་འཇོམ་ལས་མཇུག་བསྐྱུ་བར་ཁག་བསྐྱུད། ཟླ་  
 ཕྱིགས་ལ་ཞེན་པས་ལོ་འཁོར་ཙམ་སྒྲ་མུས་ལས་བྱ་ཁང་  
 འགྲིམས་ཆོག་ཆོད་གྱུང་། རྒྱན་བྲམ་ཡིན་ཚུལ་བྲག་གཡལ་  
 ཁོངས་རྡོལ་པའི་མི་འགའ་ཞིག་སྒྲ་སྒྲེ་རྒྱུ་ཡུལ་བྱེལ་འགོ་  
 ཕྱིས་གཞུང་གནས་ནས་རྗེས་འདིད་སྒྲར་ཟེན་བྲིམས་བཅད་  
 ཞུ་ཁོངས་ནས་རྗེན་ཐོན་རང་ཁོངས་མགོན་ཚབ་ནས་  
 བརྒྲས་ཚུལ་ཁོང་པ་ཆབ་འགྲུགས་ཉེན་ཁ་ལུ་ཐུག་ཆེ་ཙམ་  
 སྒྲར་ཁེལ་འདི་གར་རེ་བཙེལ་ས་གནང་དང་། ཞིབ་སར་རོ་  
 ཆེན་ལ་བཅར་བས་ཉེས་ཆད་ཉེན་ཁ་ལས་ཐར་བའི་དགེ་  
 གན་རྒྱ་གང་ཆེ་བྱུང་སོང་བ་དང་འབྲེལ་འཕྲུལ་དུ་བྱེར་  
 ཕེབས་འགའ་ལྷགས་ནན་ཆེར་བརྟེན་ཁོང་པ་དེའི་སྐབས་  
 བྲག་ཁྲུལ་ཅི་བྱེད་ལས་གྱི་ཨ་ཕོར་སོང་བ་བཅས་བྱེར་



བསྐྱེད་གྱི་སྒྲེ་དོད། སྒྱུ་ཞབས་དབེན་རྩུ་སྒྱུ་ལ་སྒྱུ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་རྩུ་ནས་དམར་པོ་སྒྲེར་གསུམ་དང་ན་བཟའ་བེུ་  
 བུམ། སྒྱུ་བ་བུས་ནང་གི་འཇམ་དཔལ་དཔའ་བོ་གཅིག་  
 གྲུབ་གྱི་ལས་ཆོགས་རྩུ་འགྲེལ། སྒྱུ་མི་སྒྲན་གྱི་ཆོ་སྒྱུ་བ་  
 སྒྱུ་བས་ཇི་རིན་པོ་ཆེ་པ་བོད་ཁས་མཛོད་པ་བཅས་གྱི་  
 རྒྱགས་ལྷང་བཀའ་དྲིན་སྒྱུ་ལ་བ་ཡང་བར་སྒྱུ་བས་སྒྱུ་  
 ལེགས་པར་མཉེས་སོ། ། མཁས་རྩུ་ལ་མཁས་པའི་གྲུ་ལ་  
 ནས་ཡོངས་བྱུང་བཅུན་ཆོས་བཅུན་པའི་ཞབས་འདྲན་ཞིང་།  
 ། སྒྱུ་ད་པ་སྒྱུ་ད་བཟང་དྲི་ཙམ་མི་དྲོ་བདུད་ལས་བདུད་གྱི་  
 གཡལ་མོས་བསྒྱུས། ། ཡོང་བས་ཡོང་བ་གཡང་སར་བྱིད་  
 འདྲ་བྱུན་པོས་བྱུན་པོར་མགོ་བསྒྲེར་མཁན། ། ཆོངས་དང་  
 ཆོངས་པའི་ལུན་ནག་ཆེན་པོ་དུས་ངན་དུས་གྱི་མཚན་མོར་  
 གཏིབས། ། བཀྱར་བསྐྱེས་བཀྱར་ཡང་མཉེས་པའི་དུས་



དཀོན་མཆོད་བཞིན་མཆོད་བཞིན་ཡོངས་སུ་རམས། ། དེ་  
 མདངས་དེ་ཡིས་དུས་ཀྱི་བསྐྱངས་ཀྱང་འཇུག་པའི་  
 འཇུག་ཞལ་མཇལ་བར་དཀའ། ། མི་ལ་མི་ཡི་མཚན་ཉིད་  
 དང་བྱལ་གདུག་ཕྱི་གདུག་པའི་མཆེ་སྒྲེར་དེམ། ། རྒྱུ་  
 མིན་རྒྱུ་གིའི་བརྟལ་ཞུགས་འཛིན་པ་ལྷགས་ངན་ལྷགས་  
 སྒོལ་སྒྲོང་བའི་དཔོན། ། བསྟེན་བཞིན་བསྟེན་ལ་ལྷག་པར་  
 རབ་བྱུག་བཅར་ཆེ་བཅར་བའི་རེག་བྱ་ཕྱི། ། སྟོན་མེས་  
 སྟོན་མེའི་སྒྲིང་ན་ཇི་བཞིན་མཇོལ་གྲོགས་འཇོལ་བཙུའི་ཆེ་  
 སྒོག་འཕྲོག། ། ཁད་གྱིས་ཁད་གྱིས་ཡོངས་སུ་འདྲིས་  
 བཞིན་ཉེས་མང་ཉེས་ཆེའི་ཆ་ཉེ་བ། ། འདི་རང་འདི་འདྲའི་  
 ཡོག་པར་སྒྱུད་པ་གྲོགས་ངན་གྲོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན།  
 ། བདག་ལ་བདག་གཅེས་ལྷག་པར་གཉིང་ཟབ་འདོད་  
 ཁམས་འདོད་ཡོན་ཀྱི་སྤངས་ཀྱང་། ། གཞན་ལ་གཞན་



འཆེའི་བཅོམ་གནོན་མི་གཏོང་ཕྱིར་ཞིང་ཕྱིར་ལ་འདོད་པ་  
 འཕེལ། ། མིག་གིས་མིག་གི་ཇི་མ་ཇི་བཞིན་རང་སྒྲིན་རང་  
 གིས་མི་མཐོང་བ། ། འདི་དག་འདི་ན་སྒྲི་རྟོང་སྒྲ་སྒྲོ་ལམ་  
 ངན་ལམ་ལྷགས་ཆ་འགས་ཡིན། ། གང་ནས་གང་དུ་  
 གནས་ཡུལ་བཟུང་གུང་དེ་དང་དེ་ན་མི་བཟད་དུག ། མཐོ་  
 ན་མཐོ་བའི་ལྷ་འགན་གྱིས་བཅོམ་དམའ་ན་དམའ་བས་  
 གུང་བརྟས་ལ། ། འབྱོར་ན་འབྱོར་པས་ཆོག་མི་འཁེས་ལྟར་  
 རྒྱད་པའི་རྒྱད་གསུང་བཟོད་དགའ་བ། ། འདི་འདྲ་འདི་ཡང་  
 སྒྲི་ཆོགས་རྟོང་པའི་ཡུལ་དུས་ཡུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་སྟུམ། །  
 དངོས་ཡོད་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་དག་ལ་སྒྲོ་ཆེན་སྒྲོ་  
 ཡིས་མ་དཔྱད་པར། ། བྱ་དགའི་བྱ་བར་ཉིན་མཚན་དུས་  
 གུན་ངལ་བརྒྱས་ངལ་མཐར་སྒྲིང་པོས་བཏང་། ། དོན་  
 གཉིས་དོན་གྱི་བསྐྱོར་ཕྱོགས་ཡིན་སྒྲོམ་རང་གིས་རང་ཉིད་



ཡུང་བའི་ལས། ། ཇི་ལྟར་ཇི་སྟོང་བྱ་ངན་སྟོང་ཚུབ་ལྷགས་  
 སྟོང་ལྷགས་སྟོལ་ལོ་རྒྱས་ཡིན། ། སྟོང་དགོས་སྟོང་བའི་ངོ་  
 སེ་མི་ཐོན་འདུལ་བཞིན་འདུལ་དགོས་སྒྲང་དབྱ་འཕེལ། །  
 ལས་ངན་ལས་འགན་ཆེས་ཆེར་རབ་ལྷི་ནམ་ཀུན་ནམ་  
 གཞོན་ཁྱུང་པོས་ནོན། ། དེས་པ་དེས་པར་གོང་འགོ་ལས་  
 ལྷོག་འོག་ནས་འོག་ཏུ་ལྷུང་བའི་ཇིས། ། ཇོ་གདོང་ཇོ་ཆའི་  
 ཟེལ་པ་ཆགས་འདི་ཆེས་ཡུང་ཆེས་འགྱོད་བྱ་སྟོང་ཚུལ། །  
 གཞུང་དང་གཞུང་འབངས་གཉིས་ཀར་བར་ཟེས་ཆོས་རྒྱན་  
 ཆོས་པོའི་ངང་ཚུལ་ཅན། ། ཁེ་ཆོང་ཁེ་བ་རང་མཐོང་མགོ་  
 བདེས་བརྒྱག་བཅོམ་བརྒྱག་གཏོར་ཅི་ཐུབ་གྱིས། ། ཐོན་སྟོང་  
 ཐོན་འཕར་གང་ཡང་མ་དམིགས་དཔོན་འདོད་དཔོན་  
 ཉམས་རྒྱས་སྟོས་མཐར། ། ཇི་ལས་ཇི་ཐུའི་བྱ་ལོན་ཆགས་  
 འདི་ཞབས་སྟོད་ཞབས་ཐུའི་འབྲས་བུར་བུང་། ། དམ་པས་



དམ་པའི་གནས་སུ་འཐེན་ཡང་སྒྲུལ་བས་སྒྲུལ་ངན་ལམ་  
 ལ་འཇུག། ། བསོད་ནམས་བསོད་ནམས་མིན་པའི་ཕྱོགས་  
 ལྷང་རིན་བྲལ་རིན་ཆེན་ཆུད་གཞོན་པ། ། ལྷག་བསྐྱེད་ལྷག་  
 བསྐྱེད་མ་ལུས་འབྱུང་གནས་ལས་ཉོན་ལས་ངན་བརྒྱས་  
 བཞོལ་བས། ། རྒྱལ་སྤྱིད་རྒྱལ་བའི་ལམ་མཆོག་དེ་དོར་  
 འཁོར་བའི་འཁོར་གཡོག་བདག་ཉམ་ང་། ། གདོང་ལ་  
 གདོང་གི་མིག་འབྲས་བཞིན་མངོས་ས་ལ་ས་གཞིའི་རྒྱན་  
 གུར་པ། ། ཡོན་ཏན་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཆོའི་གནས་མཆོག་  
 འཁོར་རྒྱས་འཁོར་བྱས་དགོན་དོར་ཏེ། ། འདོད་ཆེན་འདོད་  
 པའི་དབང་ལྷག་ལྷར་དུ་བདུད་ལས་བདུད་ཅི་བཞིན་རེལ་  
 ནས། ། རང་གིས་རང་ཉིད་འཆིང་བྱེད་ཞགས་པ་འཕྲུལ་  
 ཆེན་འཕྲུལ་གྱིས་གཙོད་དགས་བཙོངས། ། ཐོབ་བཞིན་ཐོབ་  
 དེས་ཆོམ་པ་ཡོངས་བྲལ་ཕྱིར་ཞིང་ཕྱིར་ལ་བྲལ་བེད་ཅན། །



གུབ་ལྟམ་གུབ་རྒྱ་ལང་ཚོན་བསྟེགས་མཚུངས་མིང་  
 གོག་མིང་གི་བྲག་ཆ་ཡིས། ། ཡིད་བསྐྱུས་ཡིད་གྱི་སྐབ་  
 འཁོར་ལ་ལངས་འདོད་ཡོན་འདོད་པའི་བ་སྟོང་དུ། ། བྱ་  
 མིན་བྱ་བའི་རྒྱལ་ཕྱིད་ཕྱིམ་དེ་ཉེས་མང་ཉེས་པའི་སྟོང་དུ་  
 བྱིངས། ། རྣམ་བཟླ་དབང་པོའི་གཞུང་ལ་སྟེད་ནུ་ཞེའི་ལྟོ་  
 ཅན་ཕྱོགས་བསྐྱད་ཅིང་། ། བྱེ་ཐང་ལ་ཆགས་ཉེ་འོད་རྒྱ་  
 ཡིས་སེས་ཀའི་དུས་ན་རི་དྲགས་བསྐྱུས། ། བད་ཚལ་པེར་  
 བརྟན་དངས་འཁོལ་ལ་ཆགས་བྱང་བའི་འབྲམ་པ་ཉམས་  
 སེ་ཞེས། ། གནའ་མིའི་བཀའ་མཆོད་ཡུལ་པོན་པོ་ན་བའི་  
 རྒྱན་དུ་མཁས་ནམས་སྦྱོན། ། དཀར་གསལ་ལྷ་བ་རྒྱན་དུ་  
 དེ་བའི་སྟོས། ། འཁར་གྱི་རི་ཕྱིར་འཛེགས་པའི་ངལ་བ་  
 བཞིན། ། གོ་མིང་སྟན་གྲགས་རྒྱང་རིང་ཡིད་འོང་མ། །  
 འབད་འབད་དུ་དུ་འཚོལ་འཚོལ་མི་ཆེ་ནས། ། འདོད་



ཆེན་གཞན་གྱིས་རྒྱ་མཚོའི་འཛིང་བརྒྱལ་ཡང་། འཕྲོ་བ་  
 དཀའ་འཛིན་པོའི་གཙུག་གི་རིན་ཆེན་དེ། ། ཕྱི་ནས་འཛུགས་  
 བ་མེད་པར་རང་བྱས་གྱི། ། ལྷ་ཆོག་རྒྱན་པོས་གར་མེད་  
 མེད་པར་བྱེད། ། དབང་ཕྱུག་དབང་གི་ཉི་མ་རྒྱལ་བ་ན། །  
 ལྷག་པོའི་བགད་སྒྲུལ་སྒྱེ་གཡའ་སྒྲེར་ཉི་མེད། ། འབྲས་བུ་  
 འདི་མྱོང་ས་བོན་གྲུང་པོ་ནི། ། བྱེད་པོས་སྒྲོན་གྱི་ག་ཤིན་  
 ཞིང་དེ་ལ་བཅུ་བ། ཕྱི་རོལ་སྤང་དགའི་གཡེ་སྒྲུ་བ་རྒྱབས་ནི།  
 ག་ཤིན་རྒྱུ་སྤང་མེ་ན་ཡང་བརྒྱལ་རྒྱས་མེད། ། སྤྱིང་ལ་བ་  
 བ་དྲན་མང་བྱུར་དན་གྱི། ། དྲུག་འཁྱུ་ཕྱ་མོའི་རྒྱ་བ་བཞེག་  
 པར་དཀའ། ། སྤྱིང་ལྷན་ཡིན་ཕྱིན་མིང་དང་གོ་གནས་ནི། །  
 ཟས་གོས་འཛུགས་སྤྱིང་ལྷ་ཅི་མིག་གིས་གྲུང་། ། བསྐྱུན་པར་  
 མི་རྒྱས་ཡིད་བཞིན་མཚོག་གཅིག་གྲུང་། ། རྩ་བཞིན་འདོར་  
 བའི་སྒྲོན་པ་འདི་སྤུ་ཞིག འོན་གྲུང་ཉིན་ཁ་གཅན་གཅན་



བརྒྱམ་བརྒྱགས་པའི། ། ། གཡང་སའི་ཕྱ་སྡོན་ལ་ཆགས་  
 སྡུ་སྡུ། ། ཉེས་དབང་མཆོར་ལྷུང་ད་ལྷ་བདེ་ཐང་དུ། །  
 ཅེན་འདི་ཆོད་བལྟས་མིན་ཡང་ཐིག་པ་སྟམ། ། ཉིན་བཞིན་  
 སྦྱོད་ངན་འདྲ་མིན་ཏུ་མེག་རེའི། ། སྦྱ་ཅེའི་གངས་ཀ་སྦྱ་  
 ཡིས་བགང་བར་ནུས། ། འདི་ཙམ་དཔྱོད་ལྡན་སྦྱེ་བའི་ན་  
 ལྷུང་ལ། ། འབྱུང་པར་འོས་པའི་གཏམ་གྱི་རྒྱན་བཟང་ཡིན།  
 ། ཞེས་གདོང་ཀོང་ཨྱ་ཡེན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོ་  
 བདག་གི་འདི་སྤང་སྦྱོན་པའི་ལྷོས་གར་ངོ་མཆོར་གཟེགས་  
 མོ་འབྱམ་ཐུག་འཆར་བའི་སྒྲོག་བརྟན་ལེའུ་ལྷ་ལས། ཐུག་  
 སྦྱི་དང་མཁན་རྒྱུང་སོགས་ལེག་སྦྱོད་གྱི་བྱང་དབང་རྒྱ་  
 ཆེར་སྦྱང་པ་ཐུན་གསུམ་སྦྱག་རུམ་ལྷ་བུའི་སྒྲོར་ཏེ་སྒྲོར་ཆོ་  
 གཉིས་པའོ། ། ། །



གདོང་ཤོང་ཅུ་ཡོན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་  
བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲེས་གར་དོ་  
མཚར་གཟིགས་མོ་འབྲུམ་ཕྱག་འཆར་  
བའི་སྒྲོག་བརྟན་ལེའུ་ལྡ་ལས།

གསུམ་པ། མཁན་རྒྱུ་དགོངས་ཁྲོལ་སྒྲོན་གྱི་ལོག་སྤྱོད་  
སྤྱོད་ཅམ་བཏང་བཟུང་དེའང་རིམ་ཕྱར་གྱུར་པ་སྒྱུ་རེངས་  
འཁར་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲོལ།

བདག་གི་མིང་ཅམ་བཟློད་ཅིང་དྲན་པས་གྱུང་། །  
སྒྲོག་པའི་ལས་གྱི་འབྲས་བྱས་མནར་བ་གྱུན། ། ཕུན་  
ཚོགས་བདེ་བའི་དཔལ་རབ་འབྱོར་གྱུར་ནས། ། ཐེག་  
མཚོག་བཟློད་པའི་ཐེམ་སྒྲས་འཛོགས་གྱུར་ཅིག ། ཅིས་  
དང་། བདག་གི་ལུས་དང་སྒྲོག་དང་ལོངས་སྒྱུད་ལ། །



རྒྱུན་དུ་འཆོ་བའི་བསམ་པ་དང་ལྡན་ནིང་། ། བདག་ལ་མི་  
 སྟན་བརྗོད་པ་དེ་དག་ལ་འང་། ། བདག་ནི་ལྷག་པར་མ་  
 བཞིན་བྱམས་གྱུར་ཅིག ། བདག་གིས་དེ་དག་རིང་པོར་མི་  
 ཐོགས་པར། ། བདག་པས་གཞན་གཅེས་སྒྲེམ་པའི་བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས། ། ལྷག་བསམ་དག་པ་རྒྱུད་ལ་སྒྲེམ་གྱུར་ནས།  
 ། ལྷ་མེད་བྱང་རྒྱུ་གོ་འཕང་སྟེར་བར་འོག ། སྦྱོང་པ་འདི་  
 དག་གང་གིས་མཐོང་ངམ་ཐོས། ། ཡིད་ལ་དྲན་པར་བྱེད་  
 པ་དེ་དག་བྱང་། ། རྒྱལ་སྤྱས་ནམས་གྱི་སྦྱོང་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེ། ། མ་ལྷས་སྐྱབ་ལ་ཞུམ་པ་མེད་པར་འོག ། ལྷག་  
 བསམ་དག་པའི་སྟོབས་གྱིས་ལེགས་བསྐྱབས་པའི། ། རྒྱ་  
 ཆེན་སྒྲོན་ལམ་བཟང་པ་འདི་ཡི་མཐུས། ། སྒྲོན་ལམ་པ་  
 རོལ་བྱེད་པ་ཡོངས་རྫོགས་ནས། ། ལྷས་ཅན་གྱུན་གྱི་རེ་བ་  
 སྒྲོང་བར་འོག ། ཅེས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ནམས་གྱིས་



མཛེད་པའི་བྲག་ས་འདུན་སྟོན་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་ཆོག་ཙམ་  
 ཚུན་ཆད་གྱིས་སྟོབ་པ་དང་འབྲེལ། ཅུ་བའི་ས་བཅད་  
 གསུམ་པ་མཁན་རྒྱ་དགོངས་ཁྱོལ་བྲག་གླའི་རྒྱ་ཆེ་  
 སོགས་གྱིས་སྟོན་བདག་ཡིག་སྤྱི་ཕྱི་ཙམ་བཏང་བཟུང་  
 དེའང་རིམ་ཕྱར་གྱུར་པ་སྟེ་རེངས་འགར་བ་ལྟ་བུའི་སྟོར་ལ།  
 རྒྱལ་ལྷ་བཅུ་གཉིས་པའི་ཆོས་༡༡ཆབ་མདོ་ནས་ཐོན་འཁོར་  
 ཁ་དང་། ཆོས་༡༡འདེམ་འདུམ་དུ་སྟོབས། མཁན་རྒྱ་དུ་  
 རན་འཛིན་སྟབས་ལྟ་བུའི་མཐོང་ག་ལ་ཡོད་རུང་། ཕྱིས་  
 དང་བསྐྱར་ན་དང་པོར་ཨ་གསར་ལས་ཚན་ཚང་མའི་བསྐྱ་  
 དར་དང་ལྷ་གཞུང་ནས་བྱུར་གསོས། ཡིག་ཚང་ལས་  
 ཁུངས་འགྲིམས་པར་གདན་བཅོས་སོགས་གྱིས་པ་འཕྲིད་  
 པའི་སྟེ་འཕུལ་བཀུར་བསྟེ་གཟབས།

སྟེ་ལོ་༡༧༩༩འཁུ་ལྷག་གསར་ཆོས་ཞོག་སྐར་གམ་



བཅར་གྲ་ཚང་ནས་དཔལ་ལྷན་འདྲེང་པ་ཁམས་གྱི་དབང་  
 ཕྱག་མའི་ཆོས་གཅིག་གཏོར་འབྲུལ་སྐབས་གོང་མའི་  
 གོས་བེད་། གདན་ཞབས་སུ་ཆོགས་ཕྱིན་མཇལ་དར་ཕུལ་།  
 གསེལ་སྟོན་སྐབས་སྟེ་མཛོད་དང་། འདྲ་མཉམ་གྱི་སྟོན་  
 སྐལ་དང་། རྟག་ཏུ་བསུ་བསྟེལ་བཀྱར་བསྟེ་སྟེ་འཕུལ་གྱི་  
 ཅེད་འཛེལ་གོང་དང་མཚུངས། ། མིང་ཅན་གྱིས་སྟོ་དར་  
 བྱང་རིགས་ལ་དཀར་སྟོ་བཅུ་གསུམ་ནས་ལྷ་སྟེར་བར་  
 བསྐྱབས་པའང་དབྱེན་འདུམ་དུ་ལོ་གསར་ནམ་ཁེལ་  
 རིགས་འགྲེལ་ཞིང་། དེ་ནས་བཅུ་མས་ཡིག་ཚང་ལས་ཁུངས་  
 གྱི་འགོ་འཛིན་ཡིན་ཚུལ་མངའ་བདག་གི་འབག་ཆས་  
 གསར་པ་གཞན་ཞིག་གོ་བརྟེན་བཅོམ་གཞོན་སྟོས་གར་  
 བསྐྱར། ཆོས་༡༡ཉིན་སྟེ་མཛོད་ཡུལ་བུ་འཛིགས་མེད་  
 དབང་ལྷན་ཞེས་ངེད་སྟེ་མཛོད་སྐབས་ཕྱག་ཁང་ལྷེ་འཆང་



བྱེད་མཁན་འཕུལ་ཅན་མེས་པོའི་དཔུང་གིས་བླ་འོག་  
 བསྐྱར་ཏེ་ད་ལྟ་ཁོ་བོའི་དཔོན་དུ་གྱུར་པ་དེ་ཆབ་མདོར་  
 མདོ་སྤྱི་གསར་པ་མངལ་ཞུས་(སྐབས་དེའི་ཐ་སྙད་གོ་  
 བདེར་བསམ་ནས་སྤྱད་པ་ལས་དགའ་ཞེན་མ་དོར་བས་  
 བཟོད་པ་ནི་མིན།)ལ་ཐེགས། བྱིར་ལའོར་ས་ག་བླ་བ་འགར་  
 ནས་སྤྱི་མཛོད་དང་ལྷན་དབྱར་སེང་དུ་རྒྱན་ནི་དགོན་གྱི་  
 དར་ག་མདོ་བེར་བའི་གོང་པ་ཡོད་སར་བསྐྱོད། བླ་པ་ཆེས་  
 ༡ འཕྲུག་ར་སྤྱི་སྤྱིའི་འདོད་མེས་བཞེན་ལྷན་པོ་གཉིས་པ་  
 ཡུལ་བདག་དགར་རྒྱས་འོ་ཚའམ་རྗེ་རྗེ་དབྱ་འདུལ་དུ་  
 གྲགས་པ་རི་བསྐྱོད་ལ་བྱིན། ཡུལ་མིའི་གཟབས་འཆོར་ཏ་  
 ཅུལ་ལྷད་མེ་མཐོང་། རྗེས་སུ་མགོན་ཆེ་བཟུང་མཁན་  
 སྐབས་དེའི་མཆོད་དཔོན་བསྐྱར་པ་མཁྱེན་རབ་འབའ་ལི་  
 མེ་ཉག་སོགས་སུ་རྗེ་གོང་མ་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་སྤྱིད་



སྒྲུ་ཙྰ་བཅད་པ་ནས་ཕྱིར་ལའོར་མེ་ཉག་ཟམ་པ་ཁ་ཚང་  
 སར་སྒྲེས་པ་འདི་མཚན་རྟེན་བཟང་པོ་འདུག་པ་རྟོན་ཅེས་  
 དེ་སོ་རྒྱལ་མཚན་བཞིན་ཕྱར་ཏེ་སྒྲེབས། ཁོ་པའི་ཉེ་ནང་  
 ཁག་ལ་རེ་བ་མི་བྱེད་པར་མེ་ཉག་གི་བྱེའུ་དེ་རང་ལ་བྱུལ་  
 མེད་དུ་འདུག་ཚུལ་མཐའ་གཅིག་ཡང་སྤྱོད་ཁྱིམ་འགོད་བྱ་  
 ཚུའི་ཐད་ཅུང་ཟད་བདེན་དུང་གི་ནམ་པ་བསྟན། རང་  
 ཁོངས་སྤྱི་རྟོན་ཆབ་སྤྱོད་ཐད་འདི་ལས་དོན་སྤྱོད་ཆེ་བ་  
 གཞན་མི་དམིགས་པ་ལྟ་བུར་བརྟེན་ཡང་སྤྱོད་མཆོག་གི་  
 སྒྲུལ་སྒྲུ་མངའ་ཁོངས་སེར་སྒྲུ་མཆོག་དམན་ཀུན་ནས་ཡིད་  
 ཆེས་ངེས་འདྲེངས་ཡོང་བ་ཞིག་ངེས་འཛིན་བྱ་སྤྱངས་ཅི་  
 འགའ་གྲོས་བསྟུས་བྱ་སར་ལས་ཚན་སྤྱི་དང་། དགོན་པན་  
 ཚུན་གྱི་བླ་མ་ལས་སྤྱི། གཙོ་དྲག་སྤྱི་འབྲས་དེ་ཆོད་འཛིམས་  
 དགོས་མཛོད་པའི་སྤྱོན་བཞེད་རྗེས་འབྲེལ་དུག་པའི་ཆེས་



བཞི་དུས་ཆེན་ནས་འགོ་བཙུམས་ཆོགས་ཆེན་འཆོགས་  
 དར་བྱ་དགོན་གྱི་ཁྱི་ཚབ་ཡིན་ན་དེ་དང་། མ་དགོན་གྱི་  
 ལས་སྒྲུ། ལས་ཆོན་མང་བ་བཅས་གྱིས་དོགས་ཅན་ཁྱེའུ་  
 ཁག་ཉི་ལུ་སྒྲེར་ཡོད་ཁོངས་ནས་གདོད་ཀོད་སྒྱུ་ལ་སྒྱུ་རྒྱ་  
 བའི་ཁྱིམ་ཆང་སེ་ཁྱི་གོང་སྟོང་ཆང་དང་། གོང་རེ་མགོན་  
 ཆབ་གྱི་སྒྲས་(འདི་གས་ཆེད་སྒྱུར་བསྟོང་ཆོག) མངོས་བཙུ་  
 ཆང་གི་བྱ་བཅས་ཡང་སྟོང་འབྲུལ་མེད་ཡིན་ཚུལ་དཔུལ་  
 གོ་མཐུག་པོས་མགོན་པ་གཟེངས་སུ་བསྟོང་ནས་སྟོང་སྟེ།  
 དེད་དང་མགོན་ཆབ། དཔོན་ཁག་ནམ་པར་ངོ་དགའ་བྱེད་  
 དོ། སྒྲེར་གྱི་ལྟོ་རྒྱབ་སྟོན་གྲགས་ངོ་དགའི་བཙུང་། ། ཉིལ་  
 འབྲུ་ཙམ་ཞིག་ཐོབ་པའི་སྒྲབས་མཐོང་ན། ། ནམ་རྒྱུན་ཁ་  
 ཁྱེར་བསྟོན་པ་སྒྱི་དོན་དེ། ། རྒྱབ་འཕོང་ཁྱིས་པའི་དོ་ལྟར་  
 འདོར་ལ་གཟེགས། ། སྒྱུ་ལ་སྒྱུ་འགའ་ཡི་ལུལ་འཛིན་



མཛེད་གཉེར་གྱིས། ། སྐྱལ་སྐྱུའི་ཁྱི་འདོན་དཔེན་བསྐྱེས་  
 བཞིན་སྐྱུང་དེ། ། སྐྱལ་སྐྱུའི་མིང་ཐོབ་མ་རུངས་བདག་ལྟ་  
 བུའི། ། སྐྱལ་སྐྱུ་དག་ལ་ལྟག་པར་ཐེ་ཚོམ་བ། ། མཛེས་བཅུ་  
 དཔེན་ཚང་ནི་སྐབས་འདིའི་སྐྱེ་མཛེད་དང་མགོན་ཚབ།  
 མཆོད་དཔེན་པ། ཆབ་མདོ་ཡབ་ཚང་ཚུན་གྱི་གཉེན་ཉེའི་  
 འབྲེལ་བ་གཏིང་ཟབ་བཏེན། ཁོང་ཚོའི་བྱུང་མཐོང་ཕྱོགས་  
 རྒྱུ་བྱུང་སྐྱེ་ཆས་ངོས་འཛིན་ངེ་ལྟར་བྱུང་ཏེ་ག་ཞིབ་བྱུང་པ་  
 དེད་ནས་འོས་ཞེས་དམངས་གྱིས་སྤྱོད་བཞིན་རྒྱབ་སྐྱུར་རེ་  
 སྟོང་འདོད་རུམས་ཆེན་པོས་མཆོད་དཔེན་བཏང་སང་ལ།  
 ཁོ་པའི་ནམ་གུན་རང་ག་ཞིས་གནམ་རུ་ལྟར་འབྱོགས་པ་  
 ཞིག་བྱུང་། འདི་རེས་ཇི་གོང་མའི་རྟོག་བྱིལ། དབུ་ལྷ། ཕྱག་  
 ཐུང་སོགས་ངོ་མ་ངོ་བཟུས་གཉིས་རེ་ངོས་འཛིན་བྱུང་  
 བཅུག་ངེ་བཞིན་བྱུང་མི་འདུག་པ། དེ་ནས་ཕྱིར་འཁོར་



མཛེས་བཅུ་ཚང་གི་ཁྱེལ་དེ་ཁོ་རང་ཚོའི་དཔེན་ཅན་གོང་  
 མའི་སྒྲེ་བ་ཡིན་བྱས་ན་ཆེས་ལྷ་ཆེན་པ་ལྟུག་ཅེས་ཁྱེལ་  
 གཏམ་བཅས་དྲང་བདེན་གྱི་ནམ་ལྟུང་བསྟན་པ་མ་ཟད།  
 རྒྱ་མཚན་དང་དགོས་པ་ཅི་ཡིན་ན་མེ་ཉག་གི་ལྟུངས་  
 སྤྱིད་ལ་ཉགས་མཚན་དེ་མཚར་གཞན་ལས་བྱུང་པར་  
 འཕགས་པ་ཡོད་ལྟར་སྒྲུབ་བྱེད་མང་པོ་བཞེད་ཁར།  
 དེགས་ཅན་ཁྱེལ་ཁག་ནས་ཉགས་མཚན་བཤུང་རྒྱ་ཅུང་  
 མང་བསྟོན་མེད་དང་། རང་ཁོངས་སྡེ་དཔེན་ཁག་གི་བྱ་  
 ཞིག་ཁྱི་ཐོག་བཞེད་དེ་ལྟན་ལྷེའམ་གཏེ་རྩེར་ལྷགས་  
 སྟོན་རྒྱག་པ་ལས། ཕྱི་ཕྱོགས་ཡབ་ཚང་ཞིག་བྱུང་ན་ལྟུལ་  
 སྦྱོང་བྱ་ངན་སྤན་བྱ་ཉུང་ལྟེ་ཡོང་རེས་དེད་གྱིས་བྱང་སྟོན་  
 པའི་སྟེང་ལ་གཟེར་རོ་མཁན་པའི་རྒྱབ་སྟོར་བྱས་སྟེན་  
 མཛོད་པ་དུ་ཉན་དང་། མགོན་ཚབ་ཚྱུན་ཅི་བྱ་བལ་ཏེ་ད་



ལྟའི་འདི་འོས་ཕྱིར་སེན་པའི་སྒྲི་གོས་འཆམས། འོན་གྱང་  
 འོས་ཁོངས་གོང་གསལ་དཔེན་ཕྱག་ཆོས་གཙོས་བྱས་  
 མིང་བརྒྱད་འཇུག་དགོས་དང་། གཉིས་པ་སོགས་གྱི་ཨང་  
 དེམ་སྒྲིག་སྤངས། རྒྱ་བརྒན་གྱིས་འཆངས་བདེ་ཡོང་བྱད་  
 ཐུགས་བརྟགས་ཞུ་ཡུལ་ཡང་རྩ་སྟོད་བསེ་བྲབ་ཆོས་སྦྱོང་  
 སྒྲི་ཏེན་པ་དང་། འི་བྱང་། རྒྱ་ཆང་ལྷ་མ་གླེང་བ་སོགས་  
 འདོད་ཁྱེར་གྱི་གཏམ་ཅི་དེགས་གྱང་། གཉིས་པ་མན་གྱི་  
 འོས་དེམ་སྒྲིག་ལུགས་ཟན་སྒྲིལ་རང་འགབ་ལུགས་དང་།  
 མོ་ལྟང་ཞུ་ཡུལ་ཡང་། ཕྱོག་གཙོག་ནས་རྩེ་གོང་མའི་ཡང་  
 སྟོད་འབྲུལ་བྲུལ་སྒྲི་སྒྲོས་བསྟན་འགྲོར་སྟན་དེས་འཁྱིལ་དེ་  
 འདྲན་ཆེ་བས་སྒྲུ་ཡིན་ཡེ་འཁྱེས་གཟེགས་དཔྱད་ཡོད་པ་  
 ཞེས་གསལ་བཞིན་པར། དོས་གཙོག་ནས་དཔེན་གནས་  
 ཞུ་འཆངས་ལྟར་ཁྱེའུ་འདི་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་ཐུགས་བརྟགས་



ལེགས་ཚུལ་བསྟན་ཏེ་བྱག་ཐམ་པའ་རྟགས་ཞེས་འཛིགས་  
 ཟེལ་དབང་རྒྱ་ནེར་གྱིས་བརྟན་དགའ་སྟམ་སྤྱོད་སྤྱོད་སྟག་  
 ཐག་རང་ལ་ཞུ་འོས་ཞེས་དུང་མགོན་ལྷ་གིས་ངན་འཁོར་  
 འཐེན་རྒྱུ་ལ་གསེག་སྟོག་བྱ་ཐབས་ཟད་པར་བརྟན་དེ་  
 དོན་ཐུགས་བརྟག་ཞུ་སྟན་དང་། འོས་ཁྲིངས་ཁྱེུ་སེ་སེར་  
 བ་མས་ཆེད་བཟོས་ཡ་མཚན་ཆེ་ལམ་བུ་ཚུལ་སེགས་གྱི་  
 ལོ་རྒྱས་འཁོག་དྲིལ་སྟན་ཁྲིངས་འབུལ་པེར་ཙམ་སྟོག་  
 བཅས་འདི་ག་ནས་འབྱུང་ལེན་མེ་ཉག་གི་ཉག་འདི་སྟོ་  
 ལྟན་འཁོག་རབ་ཏུ་རྒྱུར་སོང་ཡང་རང་གཞན་ལ་པན་  
 སྟེབས་འཇུ་ཆོན་ལག་འཛིན་གྱི་འབྲས་བུར་ཟད་པ་དེ་  
 ལས་གཞན་ཞིག་བཞེད་རྒྱུ་འདྲེ་ལས་ཐན་བྱམས་ཡོང་  
 སྟམ་མི་འཆར་དོ། ། འབྲས་ལྟན་འཁོར་སེན་འདི་ལས་ཀུན་  
 པན་གྱི། ། འབྲས་བུ་འཛིན་སེ་འདེབས་འཛིགས་བསྟོན་



བསྐྱེད་སྒྲུབ་ཀྱིས་། ། འབྲས་བུ་འཛོལ་སྒྱུར་བྱེད་པའི་ཞེ་བསྐྱེད་གས་  
 ་ཤིང་། ། འབྲས་ངན་ཅུ་བ་རུལ་བའི་ཚུལ་འདི་སྒྱོ། ། ཆོན་  
 གྱིས་ཁ་བསྐྱུར་ནི་འདི་ནོར་བུ་ཞེས། ། གསེར་སྒྲུང་འབྲུམ་  
 གྱི་ཐང་གཞི་སྒྲིག་བཞིན་པར། ། གསེག་མའི་རང་མདོག་  
 མདོན་སྐུམ་བཟུན་པ་ན། ། བསྐྱེད་པ་པེ་ཡི་དེ་ནས་རུལ་ཆུ་  
 བབས། ། འདི་དག་གི་ཆོ་གསེང་བར་ནམ་བུ་བྲག་ཇི་  
 གོང་མ་བརྒྱད་པ་ཆེན་པའི་ནམ་ཐར་འབྲི་རྩེ་ལ་འབད། ལྷ་  
 མཆོད་རུས་ཆེན་སྐབས་སྒྱུ་རྩྱུ་བཅད་ས་ནས་ཕྱིར་ལཁོར་  
 བྱས་ཇིས་གྲ་དངོས་གྲུབ་ཆོ་རིང་ལ་གཟིམས་འགག་དང་།  
 ཆོགས་ཆེན་དབུ་མཛོད། གྲ་ཚང་དགེ་བསྐྱེད་སྐྱོ་གས་ལ་  
 རྒྱར་ལམ་བཀའ་བསྐྱུར་བཅང་། ཇི་བརྒྱད་པ་ཆེན་པེ་དེ་ཉིད་  
 ནས་བཟུན་འགྲོའི་པན་བདེར་དགོངས་བཞེས་ལྷ་མེད་ལོ་  
 རྒྱར་ཆོ་འཕུལ་ལྷ་བ་ནས་དབུ་བཅུ་མས་སྐྱོན་ཆོག་དགུང་



ཞག་ཞེ་དག་མ་མདོ་ལས་འབྱུང་བ་བཞིན་ཁྱི་མཚོད་དང་  
 འབྲེལ་བ་མ་དགོན་དུ་འཇུགས་གནང་ཇི་ལྟ་བུ་དགོན་  
 དུ་འད་དེ་མཚུངས་འགྲིག་བྱུང་ན་བསམ་གསལ་འཇུགས་གྱི་  
 མ་ཐེབས་སུ་དེ་སྒྲིན་སྒྲེ་དགོན་ས་ཞིབ་སྒྲུབས་གཅིས་ནོར་  
 གསལ་བསྐྱོན་སྒྲིན་ཆོན་ཡེ་བྱད། རྒྱ་དངུལ་ལྷད་མེད་ལས་  
 གྲུབ་པའི་གྲོ་ཇི་དཀར་སྒྲེར་ཆེ་རྒྱུ་ ས་འདང་པེ་ཇི་བརྒྱད།  
 ཁེམ་ཐུར་ཆ་ཚང་། ལྷ་ས་ནས་གསལ་ནོས་ནོར་ཇུས་གྱི་  
 འཕྱར་སྒྲིད་འཕྱར་གཟན། ཐུ་དགོན་ཁྱུ་ལ་ནས་སྒྲུར་སྒྲུལ་  
 གཞུང་འཇོན་རིས་ལེ་ཇོ་ལའི་ས་གཞིས་ཕྱིད་སོན་རུའི་  
 ཁལ་ནི་འབྲུ་འགོ་མལ་ཕྱིར་འབྲུལ་སྒྲུར་འཇགས་གྱིས་མ་  
 འདེངས་ཁ་སྒྲིན་བླ་བྱང་གཞུང་ནས་གནང་རོགས་ཞེས་རེ་  
 ཞུར་མཇོད་པ་དང་མགོན་ཚབ་ནས་དགའ་མགུར་ཁས་  
 བླངས་བྱུང་། གཏོང་དེབ་ལ་སྒྲུར་རྒྱ་སོགས་འགག་ཅུའི་



སྒྲུབས། མི་སེར་ས་ནས་བཅོམ་བསྐྱུས་རི་བོ་དང་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་  
 བུའི་འབབ་ཡོང་ནམས་ཁྲལ་སྒྲུད་ལས་ཁྲུངས་དབུ་  
 བཞུགས་ཆོའི་རྒྱགས་ཅེད་ཅེ་ཕྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་འཆར་གཉེར་  
 ཁང་ལྡེ་འཆང་མེ་འབར་སེཾ་ནས་སྒྲན་ཆོག་འདོན་མཁན་  
 ལྷ་གྲ་ཆོའི་བསྟེན་བཀུར་སྒྲུ་ཡོན་སེགས་ལ་ཡི་དྲགས་  
 འཇུར་གེགས་ནས་སྒྲོག་པ། ནམ་ལྡེའི་སྒྲེ་སྒྲགས་གཅོང་  
 སྒྲད་ཆེ་བས་གཉོང་དམིགས་ཟུར་བཅོམ་དགོས་ལྷགས་  
 བསམ་འཆར་འདོན་པའི་བར་གཅོད་ཆེ་ཙམ་བྱུང་རུང་།  
 མཐར་ཉིན་ཞག་ལྟ་བུའི་རིང་ལྷ་གྲ་བརྒྱད་དང་ཇ་རྒྱ་  
 བཅས་ནས་ཉིན་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གསེ་སྒྲོང་སྒྲེམ་ལེན་དང་།  
 ཁྲི་མཚོད་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲན་ཆོག་ཇི་སྒྲིད་བར་ཚུགས་  
 རྒྱུའི་བུ་དགོན་གཉེར་ཁང་དུ་གཉོང་ཐེབས་ལག་དེབ་དམ་  
 འབྱར་དང་། དེད་ལ་དུས་བསྐྱེན་ཞུ་བསྐྱལ་གནད་ཐེངས་བྱ་



ལུས་ལག་བྱེད་སྟོན་སྒྲུབ་སྟོན་པའི་བསམ་དོན་ལྟན་གྱིས་  
བྱུང།

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥པོར་འཁོར་སྤྱི་ལ་གནམ་ལོ་གསར་  
ཆོས་མཛོད་པའི་དགོངས་བསྟན་མཛོད་དཔོན་བསྟན་པ་  
མཁུན་རབ་ལ་མགོན་གཉིད་ཆོན་མོ་དང་། ཕྱོགས་  
མཚོངས་ནག་ཟུང་སྟེ་ཆོན་ཉིན་གཞུང་ནང་སྒྲོ་བཟང་སྟན་  
གྲགས་བྱམ་དཔོན་དུ་བསྐྱོས་པའི་བྱེད་སྟོན་མགོན་བསྟན་  
རབ་ནན་གྱི་ཁྱུ་ལ་བགྱིས། མགོན་ཆེ་གསར་དུ་བསྐྱོས་  
བཞིན་སྟོན་ཡོད་མགོན་ཚབ་གོང་དེ་ལྟན་ཚོར་བཟུ་འཁོར་  
ཕྱི་བྱེད་མེད་པར་གདན་ཐོབ་གོ་མེད་རང་འཇགས་བཟུང་  
བའི་ལམ་སྟོན་ཁྱེད་མཚར་ཆགས། མགོན་ཚབ་སེར་  
གཟུགས་ལ་འོས་བྱེད་རང་ཁོངས་སྒྲུ་སྒྲུ་ལ་དང་། དཔོན་  
སྒྲུ་སྒྲུ་བསྐྱོ་མེད་པར་ས་ཞིབ་སྟོན་ཁ་ཚོའི་སྒྲུབ་སྟོན་



གསར་སྒྲུབ་ལྟར་ལེ་ཅན་གྱི་བྱིས་པ་འཛེག་དགོས་བྱུང་བ་  
 འདིའང་རང་ཁོངས་གྱི་སྒྲིག་ལུང་ལྟན་ནག་གི་རང་རྟགས་  
 མངོན་པ་ཞིག་ཏུ་སྒྲུབ། ཟླ་ཡུལ་འདི་སྒྲུབ་མགོན་ཆེས་སྒྲུབ་གྱི་  
 ཞེ་ནད་དང་གྲུབ་མཐའི་ཀུན་སྒྲིང་བསྐྱེད་སྤྱོད་མ་གྲ་ཚད་  
 བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲིབ་དཔེན་ཅན་འགྲའ་ཞིག་ལ་ཉེས་བཞེད་  
 ཚོགས་བཀག་བྱས་བཞེན་ཁོ་ཚོ་ཆབ་མདོར་བྲོས་འག་  
 དང་། མལ་འགྲུལ་ཁ་དབང་འག་ཆས་སྒྲིཐེལ་འར་སྒྲིང་  
 བྱས་པར། ཁ་དབང་ཕྱིར་སྒྲིག་གིས། ལེ་ལུ་མགོན་ཆེ་  
 བྱིས་པ་འགྲུགས་མདོ་སྒྲིའི་ཡི་གེ་སྒྲིབས་པས་འཁོར་  
 བཅས་ངལ་ཅམ་བཟེས། ས་ག་ཟླ་བའི་ཆོས་འཁོར་མཛོད་  
 པ་དང་ལྟན་ཅིག་རྒྱན་ནི་དགོན་དུ་བྲོན། མལ་གྲོང་ཁང་  
 པར་བསྐྱེད། ཟླ་བ་ལྟ་པ་ནད་ཡང་སྤྱིད་ཕྱག་རྟགས་མཚན་  
 བྱང་ངེས་བྲོན་གདན་འདྲེན་( སྒྲུབས་དེར་སྤྱོད་སྤྱོད་ཞེན་ཇི་



ལྟར་བྱེད་པའི་གསལ་བྱེད་) བང་མི་འབྱོར་ཉེའི་གནས་  
 ཚུལ་བྱུང་བ་བཞིན་ཉེ་རིང་གི་བསུ་བ། འབྱོར་བསྐྱུན་ཉེན་  
 འབྱུང་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བཞེད་སྒྲིལ་ཡིག་རིགས་བཟོས།  
 ཆོས་༡ རྒྱས་མདའ་སེ་དང་སྒྲིལ་ར་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཆར་སྒྲིལ་ལ་  
 བསྐྱུལ་བ་བཞིན་ཞེ་ཐང་ཕུར་སྒྲིལ་བསངས་སྒྲིལ་གཏོར་སྒྲིལ་བྱེ་  
 ཚུལ་འཆོས་བྱས། དུག་པའི་ཆོས་༡༠ཉེན་མཛོད་དུར་ཉེན་  
 དང་སྒྲིལ་ཅིག་དེར་ཡོད་ལས་ཆོན་འཁོར་བཅས་ཆས་གོས་  
 གཟབ་འཆོར་བཅས་འབར་སྒྲིལ་ཡར་ནང་བྱ་འཁོར་སྒྲིལ་  
 ལྟར་དུ་མཆོན་བྱུང་ཐེབས་བསུར་བཅས། རྒྱན་ནི་དགོན་ཉེན་  
 འབྱུང་ཆོགས་འདྲའི་ཐོག་བཀའ་རྒྱ་ཞལ་ཕྱེས་འགོ་མཆོན་  
 རྒྱུག་བསྐྱུགས་མེ་ཉེན་འབྱུངས་སྒྲིལ་ཐོག་ཕུག་ཐམ་སྒྲིལ་  
 པས་རེ་དོགས་རྒྱན་ཉེན་གི་སྒྲིལ་རིས་ཇི་སྒྲིལ་ཅིག་  
 དཔྱེངས་སུ་ཡལ། ཆོས་༡༢ རྒྱས་ལྟར་སྒྲིལ་དུ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་



སྒྲུབས་བྱམས་མདུན་ཆ་ཞང་ཁང་ཆོན་གྱ་རིགས་ཆེད་བོས་  
 དེས་གྱིས་ཆོས་རྒྱལ་དྲི་མེད་རྒྱན་ལྡན་དང་སྣང་སའི་ནམ་  
 ཐར་བོད་ལྷགས་ལྟར་འཆམས་སོང་། ཡང་སྤྱིད་གདན་  
 འདྲན་ལ་མགོན་ཆོབ་ང་འགྲོ་ཁི་སྤྱོད་འཆམས་མིན་གྱི་ནམ་  
 ད་ཆེ་ཙམ་བྱུང་སོང་བ་ཡུན་འགོར་འགལ་རྒྱུན་དུ་བསམ།  
 རྟོད་འཆོལ་མཁན་པོ་མགོན་ཆེ་རང་ཉིད་འགྲོ་གྲུ་འཕུལ་  
 འགྲིགས་ཡོང་ཐབས་གྲོགས་དན་ཡང་བྱས། ཡང་སྤྱིད་  
 གདན་ཞུ་སྒྲུ་ཆས་ཉིར་མཁེ་བསྐྱུ་གསེག་དང་། སྒྲེར་ནས་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་ཞུ་ཡིག་ཉིན་ལྡན་ཕུལ་བ་བཅས་ཟླ་  
 བ་དཀང་མགོན་གཉིར་དང་འབྲམ་ཐོག་ལྡེ་འཆང་། གཉིར་  
 ད་སྒྲུར་གཡང་སོགས་གདན་ཞུར་ཐེགས། དགུ་པའི་ཆོས་  
 འཁོར་དཔེན་འདུམ་དུ་ལོག ལྡེ་མཆོད་དུས་ཆེན་ལ་བཀའ་  
 བསྐྱུར་སོགས་སེར་གཟུགས་ནས་དགོས་རིགས་མགོན་



ཆེའི་ཚབ་བྱས་སོ། །

སྒྱི་ལོ་༡༩༤༥པོད་འཁོར་བྱ་གསར་ཆོས་བྱེད་སྒོ་  
འཆར་ཅན་ཐོག་སྒྲེར་གྱི་སྒྲིག་སྒྱུར་དུ་དམིགས་ཡིག་བརྒྱ་  
འབྲུམ་ཐེར་རེ་ཡོད་པའི་ལག་འཁོར་སྐུམ་བཙུག་གས་རིན་  
ཆེན་ཟངས་དངུལ་སྒྲིག་གི་ཕྱི་གཡོགས་ཅན་དང་། རིན་  
པོ་ཆེའི་བྱུམ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་འཁོར་ལོ་ཉིས་བཙུག་ས། ཅེ་  
མོར་དབྱེན་འདུམ་དུ་པར་བཞུག་གཟུངས་གཞུག་སྒྲགས་  
རིང་ཚར་༡༡རེ་ཡོད་པ་གཉིས་བཞེངས་བསྒྱུན་གྱིས་སྒྲ་མ་  
བཀའ་རིན་ཅན་སྒྱེད་བྱེད་གན་མར་བསྒྲོར་རྒྱུར་བྱེན། སྒྲི་སྒྱེད་  
སྒྲ་ཕྱི་བཅས་ལྷ་བ་ལྡ་པའི་འགོར་མཛོད་འཁོར་བཅས་རྒྱན་  
ནི་དགོན་དབྱར་སེང་དུ་ཕེབས། རིང་དགོངས་ཞུས་འཁོར་  
ལོའི་ལས་མཇུག་བསྒྲུས་ཏེ་ཆོས་༡༩ལ་གདོང་གོང་དུ་  
འབྱོར། དུག་པའི་ཆོས་༡༥སྒྲིགས་ལ་གཡུང་འཛོམས་ཅན་



མེས་ལྷན་འགའི་སྟོང་མཆོད་ཆེ་བ་འདོན་སར་སེང་བ་  
 བཅས་གྱིས་ནོར་ས་ཁེ་ལྷོངས་རུ་བ་ཀ་ར་ཐང་སྤང་ལྷོངས་  
 དོགས་འབྱམས་འཁོར་བར་བར་ཇེ་བརྒྱད་པའི་ནམ་ཐར་  
 ཕྱི་མ་སྒྲིག་བྱས། བདུན་པའི་ཆོས་འཁར་སྒྲིག་འཕྲེད་ལ་  
 བཟུལ་འཁོར་ཁ་བྱིས་གཞིས་དང་རིམ་གྱིས་རང་གནས་  
 འཕྱོད། ཉིན་འགས་སྒྲིག་སྟོན་དང་འཕྲེལ་མཆོ་ཁར་ཡང་སྤྱོད་  
 སྒྲུལ་སྒྲུ་གདན་ཞུས་བྱི་འདོན་བྱེད་ཚུལ་ཕྱོད་མའི་སྒྲུབས་  
 གེབས་གྲུམ་ལ་འཇུག་གྱུར་ཕྱབ་པ་དེའི་ཆེ་བྱེད་པར་ཅན་  
 གྱི་ལྷས་བཟང་དུ་བཅུས་གྱུར་བྱིས་བཏགས་ན་གྲུབ་འབྲས་  
 འཇུག་ཆོན་ལ་འགྲན་པའི་ལྷས་སྒྲུ་གོར་མ་ཆག བརྒྱད་པའི་  
 ཆོས་ཀྱི་ལ་གདོང་ལོང་ནས་ཐོན་ཕྱིར་ནང་དཔེན་འདུམ་  
 སྒྲུབས། རང་ཁོངས་འཁོར་བཅོ་དབྱེ་ཆོན་ཆོ་མཁུན་རབ་ཆེ་  
 དྲགས་ཀ་བ་ནམས་འདོམས་བྱེད་ཅུ་མ་ས་དོང་ནང་བཅུག་



རྒྱུན་རྒྱལ་ཏེ་བེལ་གཞོན་རབ་གསལ་སེགས་མི་གན་གྱི་  
 བལྟ་སེ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཉམས་གསེ་ཨར་འདྲེམས་ཡིན་  
 རྒྱལ་ཚེ་ལ་འཕྱོག་གསུམ་པ་དང་། ཟླ་སྟོང་སྟོང་། ལེ་འགམ།  
 གདུག་པ། གཞུང་འཕྲོད་སྡེ་མང་བཅས་རིམ་བསྐྱལ་  
 བརྒྱུ་གསེག་ཚད་མེད་གྱིས་གྱུར་གསུམ་བརྒྱུད་རེ་བྱུང་  
 ཐོག་ཡང་ཐོག་བཟུ་འགྲུ་འགྲུ་ལས། ག་གདུང་བརྗེ་ལེན། ལམ་  
 འཛེས། རྒྱ་འཕྲིད་དཔེར་འདྲེན་བསྐྱལ་འདྲེད་སྟོང་དན་ལ་  
 ཞུགས། རྒྱ་ཉན་འཕྲིད་བཅས་ས་མཚམས་ཡང་སྟོང་  
 ཆེབས་བསྐྱུར་ཐོགས་འགྲུལ་དེད་དང་། ལས་བྱ་ལྟེ་འཆང་  
 རང་སེ་སྟོང་གོས་གཞན་པན། ལྟེ་འཆང་བཟུ་རྒྱལ། གཉེར་  
 ཁང་ལྟེ་ལས་བཅས་གཞིས་གྱི་བྱ་སྟོང་པའི་འཕྲུར་སྟངས་  
 དེབ་གསལ་ཁྱི་འབྲུལ་བསྐྱུ་རྒྱུ་དང་། མངའ་ཁོངས་  
 འདྲེམས་འོས་མི་སྣ་བསྐྱུ་བཞེད། ཐེབས་བསྐྱུར་སྐར་སྟོང་



ཆེབས་རགས་ཆེན་མེད་ཏེ་ཤོ། (འདི་སོགས་སྒྲུབས་དེའི་སྒྱི་  
 ཆོགས་གནས་སྒྲུང་གསལ་མཆོན་གྲུ་ཆོག་ཐ་སྒྲུང་རང་  
 སོར་བཞག་བགྱིས།) རྒྱན་གོས་ཆ་ལྷགས་རྒྱན་སྒྲིང་སྒྲིག་  
 ཡིག རྒྱས་སྒྲོན་དུ་འདུ་འོས་དང་སྒྲེར་ཡིག་གདན་ཐོབ་  
 བཟུང་བཅའི་སྒྲིག་ག་ཤོམས། རྒྱན་འབྱུང་འབྱུལ་ཆོན་བརྒྱ་  
 རྒྱག་གི་ཐོ་སྒྲུམ་བེད་ཅན་བཅོ་རྒྱ་དང་། གཟེམས་ཁང་དུ་  
 རེབས་སྒྲུབས་སྒྱི་ལེ་གསྒྲུམ་ཆོད་དུ་མཆོད་ཇུས་སྒྲི་ཆོགས་  
 ཐོགས་པ་བཟུང་ཤིས་གཡང་འབྱེལ་དག་འདུན་འདུས་  
 དའི་ཆོགས་གྱི་སེར་སྒྲིང་དང་། དེའི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་རས་  
 པ། འབྲས་དཀར། ཐོ་པ། གཞས་མཁན་གྱིས་མཆོན་རྒྱན་  
 གོས་གཟབས་འཆོར་ཅན་གྱི་སྒྱི་བོ་ཕེ་མེ་རུ་བསྐྱར་སྒྲིག་  
 བཞེད། གནས་ཡུལ་ལམ་སྒྲུང་རྣམས་སུ་གད་བདར་ཕྱག་  
 གཙང་། ལམ་ཁེལ་རྗེ་ཕྱིང་བསངས་ཁང་དཀར་ལམ།



གཙུག་ལག་ནམས་སུ་ཐང་སྐྱ་སེགས་ཏེན་དབྱམ་མཆོད་  
 རྒྱུ་ཁྱི་གདན་.....བ་ཉམས་བཞེད། ལྷུལ་ཚན་གྱ་  
 སྒྱིག་ཆོས་ཀྱི་བགྲོ་སྒྲིང་པ་རང་ཡང་གདན་ས་གསུམ་གཉི་  
 དག་བ་ཉེས་གཉིས་རེ་བཅུ་ལ་བས་མཆོད། རྒྱས་སྟོན་  
 མཛོད་སྒྲི་མཚར་དགས་དངས་བསྟོད་སྐྱ་གོན་གོ་སྒྱིག་ལ་  
 བཙོན། ཆོས་༡༥ཉིན་སྒྲི་སྒྲི་ཁར་སྒྲར་འཁོར་འཛུགས་སར་  
 ཕྱིན་པའི་རྒྱས་འབྲེལ་མངའ་ཁུལ་ནང་མ་ལས་ཚན་ནམས་  
 དང་དཔོན་ཁག་སྟེར་པ། ལྷ་སྐྱུལ་དགོན་པ། འཛོཾ་རྟ་གན་  
 གསུམ་མི་དྲག། ལྷ་མོར་ལྷགས་པ་བཅས་ཀྱི་ཕེབས་  
 བསྐྱའི་སྒྲར་གྱར་ནམ་མཁའི་རྒྱ་སྒྲར་ས་ལ་འཕོས་འདྲ་  
 བ་ཉམས། ཆོས་༡༧ཉིན་བོད་ས་གནས་སྤྱི་གཞུང་གི་སྐྱ་  
 ཚབ། (རོ་ཚབ་ཅེས་འོས་གྱུང་སྐབས་དེའི་ནམ་འགྱུར་སེར་  
 བཞག) ར་ས་རྒྱ་གན་པ་དང་། ཚབ་སྤྱི་སྐྱ་ཚབ་གཉིར་



ཆེན་ཆོ་དགའ་སྟོན་ལྟོས།

སྐྱེ་ལོ་༡༩༤༤མེ་བྱི་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་ཉིན་སྐྱོ་  
སྐྱོ་ཁར་ཡང་སྤྱད་མཆོག་སྐྱེ་ལ་རིན་པོ་ཆེ། (འདི་འདྲ་བ་  
ནམས་སྐབས་དེའི་གུས་ཆོག་ཇི་ལྟར་བྱས་པའི་ནམ་འབྱུར་  
མཆོན་ཕྱིར་ཅམ་ལས་དཔེ་འདི་ཕྱི་མ་བྱས་སྐབས་ཁོ་པ་རིན་  
པོ་ཆེར་མཐོང་ནས་བྱས་པ་ནི་མིན། ) ཆེབས་བསྐྱར་དང་  
བན་ལ་བྱིན། ཞལ་མངལ་ལྟ་ལྟོས་མཐུ་ལ་ཉིན་གསུམ་ཡུལ་  
ཞིང་སྤར་དབྱེན་འདུམ་གྱ་སྐྱེ་ག་ཏུ་ལོག། ཆོས་་༡ སྐྱོ་སྐྱོ་  
སྤར་ཐོག་བྱིན་ཆོམ་གྱར་ཆེན་མའི་ནང་བྱི་ནང་ལས་བྱེད་ཆེ་  
ཡ། ཟླ་སྐྱེ་ལ། དགོན་ཁག་གི་མཁན་སྟོབ་ལས་སྟེ། འཛོ་ཏ་  
གན་་༢ སྟོན་ལ་འཛོམས་འོས་བད་སྐྱར་རིགས་ཚང་མིན་  
དང་དེ་དག་ངོ་མ་ལྟ་ཅི། རྒྱན་གོས་འདི་དགོས་བཞེད་དོན་  
གཟབས་འཛོར་ཅན་གྱི་ཟླ་གས་ཁོ་ན་འང་ཐོབ་ཐང་གོ་རིམ་



ལ་དཔག་པའི་བཅུ་དྲུག་ནས་བཞི་བར་ཁྱལ་འགོལ་ཆ་  
 ལྷགས་སེཌ་ཐོ་དོན་བྱང་མིན་ཅེས་ག་ཤེར་བཏང་། བྱ་བ་  
 འདི་གས་ཀྱིས་སྒྱེ་སྒྱེད་ལམ་ལུ་དང་། དེ་འཛོན་ལོག་སྒྱེད་  
 དས་མི་དམངས་ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་ཆོགས་ནས་བདེབས་གསེག་  
 གཏོང་ལྷགས་གསལ་བར་མཆོན། ཕྱིར་ནང་ཐོ་དངས་ནས་  
 དེལ་ཆ་དང་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲབས་ཕྱིས་དེད་དང་མགོན་ལས།  
 གཟིམས་འགག་བཅས་ཏེ་ཐོ་བསྐྱབས་པའི་གོ་རིམ་ཚར་དུ་  
 དངར་བ་དང་བཅས་སྒྲེར་གཡོག་རིགས་པལ་ཆེའི་  
 མཆོམས། ད་ཞིག་སྒྲོམ་དུང་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆོན་ནས་མི་  
 མཐུན་ཉེས་སེལ་སྤྱིད་པ་ཏོ་གདན་ཞུས་ཀྱིས་སྒྲོ་དྲངས་བ་  
 དན་དང་འཕན་གདུགས་འཛོན་པའི་ནང་ཟན་བཅུ་ཕྱག་  
 དང་། ཆེབས་དར་ཆོས་སྒྲོ་མི་གཅིག་པ་བཅུ། བསྐྱར་སྒྱུང་  
 ཏོན་ཕྱག་ལྷ། ཏིང་ཏིང་། གར་སྒྲིང་པ་༡ ར་ལྷུམ་མམ་ཇོ་ར་



བདུང་མཁན་ཆ་བཞི། ཏ་བསངས། གཞུ་ལ། གཟིམས་འཛེ་  
 ལ། ཆིབས་རེལ་༥ ཆིབས་པ། སྡེ་འབྲུམ་མི་དྲག་ཆན་པོ།  
 ཏ་ཟམ་འཆོ་དཔོན་བཅས་སྐུམ་གཉིས་སྟོར། དགོན་ཁག་  
 གི་བླ་མ་ལས་སྟེ། སྐུ་ལ་སྐུ་ཁག་ གྲ་ཚང་རྒྱབ་ཆ་པ་བརྒྱད།  
 སྟོས་འཛིན་པ། ལས་ཚན་གཉིར་དུང་། ཆིབས་ཆེ། སྡེ་  
 འཆང་ཆོ་ཉིས་ག་ཉིབས། གསོལ་གཟིམས། སྐུན་འདྲན་རྒྱ་  
 སྒྲིང་པ། གྲུམ་དཔོན། ཐེབས་གྲུམ། དར་སེར་དང་ཆ་བྱའི་  
 གདུགས་འཛིན། ཏ་མདའ། ཏཱ་ཏན་དང་པེད། ཆབ་མདའི་  
 གཉིར་ཆེན་སོགས་དང་། འཆོ་ཏ་ཆན་གསུམ། སྟོར་གཡོག་  
 ལྟག་མ་བཅས་ཏ་པ་བརྒྱ་ཕྲག་ལྟ་བུ་བཟུལ། མགོན་ཆེ་མཉམ་  
 འབྱོར་དང་གཟིམས་འགག་བྱུར་བསྐྱེད་སྟོན་པོད་ས་  
 གནས་སྟོན་གཞུང་གི་ལམ་སྟོལ་དང་རྗེས་མཐུན་གྱིས་  
 གདན་དུངས། གཙུག་ལག་དགོན་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་དར་



རྒྱུར་དུང་བུས། རྒྱུད་དཀྱོལ་བརྒྱུད་བའི་ཐོག་རེལ་སྒྲ་  
 སྟན་གནམ་ས་གཡེ་བ་ལྷ་བུ་བཅས་གསེར་བྱིར་མངའ་  
 གསེལ་གྲ་མང་ནས་དཔལ་ལྷན་ཡོན་ཆོགས་མ་གསུངས་  
 བ་དང་། གྲ་ཚང་གསུང་བཟང་བས་དེད་ནས་ཆེད་  
 བཅུམས་འབྲུལ་ཆོག་འཁོས་བརྗོད་སྟན་དབྱངས་འབྱུར་བ་  
 དང་རྗེས་མཐུན། སྒྲ་གཞུང་གི་ཏེན་འབྲུང་བྱི་འབྲུལ་དངོས་  
 གོ་ཆོན་པ་བརྒྱ་ཕྱག་དང་། བོད་སྤྱིད་གཞུང་གི་འབྲུལ་ཆོན་  
 བཏེག་གྲལ་འཕྲོས། ཕྱི་གར། ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བཟོ་སྐྲུང་  
 སོགས་སྤེལ་ནས་གསེལ་ཆོགས་སྟོན་མེ་ག་འཁོམ་པར་  
 རྒྱས་སྟོན་ནམ་དགུས་སྟོན་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཟབ་གཟེངས་  
 སུ་བསྟར། སྒྲ་གཞུང་གི་ཏེན་འབྲུལ་ཁོངས་འཕྲོན་ལས་ཀྱི་  
 འབྲུལ་ཆོན་དུ་བཀོད་པ་སྤྱིད་འཕྲོར་གྱི་སྟོང་བཅུད། མེས་  
 རྒྱས་གོང་མ་ཁང་འཁོས་བདག་གོ་ཆོན་གོས་གནང་བའི་



གསེར་ཐམ་དེ་སྟོན་ཇི་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་ཞི་བར་ག་ཤེགས་  
 འཕྲུལ་མདོ་སྟེ་ཇི་ལྟན་གྱི་ཕྱག་རྒྱས་བཏབ་པ་འདི་རེས་སྟེ་  
 ཚབ་ཏུ་མདས་ཞལ་ཕྱིས་སྦྱར་ཡང་མགུལ་ཐམ་ཡིན་ཁྱུལ་  
 གྱིས་བསྟན་ཏེ་ལྟེ་མིག་མཛོད་པ་དང་། དམ་སྒྲུལ་དེད་ལ་  
 སྟུལ་བ་མཉེས་སྟོན་གྲོལ་འཕྲུལ་ནམ་གན་དུ་བསྟུལ། ཕྱི་  
 ཉིན་ཡང་རྒྱས་སྟོན་གོང་མཚུངས་ཐོག་ཇོང་སྟོ་གཞན་དང་  
 རྒྱ་ཏན་སྟེ་སྟེ། ལས་ཚན་དཔོན་ཁག་གི་བྱི་འབྲུལ། དེའི་  
 ཕྱི་ཉིན་ཡང་སྟོ་སྟོན་སྦྱར་བཞིན་སྟེ་དགོན་ཡུལ་མངའ་  
 འབངས་དང་བཅས་ལྟག་མ་ནམས་གྱི་བྱི་འབྲུལ་ཉིན་  
 འགྲོགས། ལུ་མཐུད་གཞུང་སའི་སྟེ་ཚབ་སྟོགས་ལ་སྟོ་སྟོན་  
 དང་། སྟོན་ཐོག་ནས་བྱི་འབྲུལ་བྱུང་རིགས་གྱི་ཡིག་ལན་  
 སྟོགས་བླ་གཞུང་མཛོད་སྟེ་བཅས་གྱིས་འབྲི་འོས་པལ་  
 ཆེའི་འཆར་སམ་བཞོད། གོང་ཇི་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་



གསེར་ཁྱིམ་མངའ་གསེལ་སྒྲུབས་གྲ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བེར་བས་  
 རང་གྲུབ་དཔེན་གྱི་མགོ་བོར་གྱི་བསྐྱུན་དེས་སྒྱེན་དགོན་  
 སྒྲེའི་བར་འབྲུག་ཡོང་གྱི་ཆེར་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ངན་གྱི་  
 དང་། ད་ལམ་ཡང་ཕེབས་ལམ་ནས་མགོན་ཆེས་ངང་བྱུང་  
 ཚབ་ཚྱབ་ཚུང་སྒྲིད་རིན་པོ་ཆེ་ས་སྒྲུའི་བླ་མ་གཙང་སར་  
 སྒྲུལ་སྒྲུར་གཙུག་ཡུང་ཡུལ་ཏེ་ཆོས་འབྲེལ་ཞུ་བཙུག་པར་  
 བྱ་དགོན་གྲ་རིགས་མང་དག་ཞེ་མ་རངས་པའི་སྒྲིང་ངན་  
 ཡོང་བཞིན་བཅས། ཁྱིམ་འདོན་མཛོད་སྒྲོ་འབྲས་ཚང་ཇི་ཡོང་  
 ཚང་མ་སྒྲོ་གཡེངས་ཆེ་ནའང་འདི་རེས་བཟང་གྲ་ལེགས་  
 འབྲིགས་བྱུང་ཁུལ་བྱེད་སྒྲོ་འདི་དག་སྒྲུབས་དེར་མཛོད་  
 བཛོད་བག་གྲེའི་སྒྲིང་བཟང་ཞེད་པོ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་སྒྲུལ་སྒྲུར་བ་  
 འཆར་སྒྲིང་ནའང་། ལེགས་པར་བརྟགས་ཆོ་མངའ་  
 འབངས་མི་སེར་ཉམ་ཞན་ནམས་བཙོར་གནོན་ཡོ་བྱུང་



བྱུང་པར་ཅན། བཀའ་བཀོད་བརྒྱུད་འཛིན་ཞིང་བྱན་ལམ་  
 ལྷགས་ངེ་ཆ་ཁྲིལ་འདས་གྱི་སྤྱིད་དབང་ལམ་ལྷགས་འགོ་  
 དཔོན་རྒྱུ་འགས་འཁོག་གི་འཛིགས་བེལ་ངེས་པའི་ངན་  
 ག་འཁོས་མངོན་ཇེན་དུ་འཕྱར་བ། དེང་སྐབས་དྲན་ཆེ་  
 འཛིགས་འཁོང་ཡ་ང་ལ་སྐྱགས་མེལ་ལང་བའི་གནས་  
 ཚུལ་དུ་ཟད་དོ། ཉག་ཟླ་མཛེད་ཆེན་སྐབས་མཚན་བྱང་  
 ཞབས་བརྟན་གསེལ་འདེབས་ཐེབས། སྐྱག་གི་བཀའ་  
 ཡིག་ཡིན་ཁྲུལ་ཐོག་མར་དགོ་བཅུའི་ཙུ་ཆོག་བྱུང་  
 འཕགས་འཁོག་ཡིན་སྐྱམ་འབྲི་ཙུ་མ་བཞེངས་བཀྲམས་བྱས།  
 ཟླ་ཆོས་༡༡གོང་ཇེ་འཁོར་བཅས་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་  
 འགྲུ་ཕུ་དང་། ཕྱི་ཉིན་སྐྱག་ར་དགོན་དུ་འབྱོར་རུང་ཚང་  
 སར་བསྐྱད། མགོན་གཉེར་སྐབས་ཇེ་གདན་ཞུར་ཐོན་  
 སྐབས་ད་ཡན་ཐེངས་གཅིག་ལས་བྱུང་མ་ཟྱུང་བའི་བྱ་ལོན་



གཡེས་པ་མེ་ཉག་འགི་བ་དགོན་པ་དང་ཁྱེས་ཕྱིར་ཐུག་  
 པས་ཡིན་ཚུལ་ཅམ་ལས་ཞིབ་པའི་ཕྱིས་རྒྱགས་མེད་  
 ལྟམས་ཕྱིས་རྒྱགས་དགོས་ཚུལ་བསམ་འཆར་ཡུལ་བས་  
 ཐུགས་ཀའི་རྩྭ་ལ་ཕྱག་སྟེ་ཁོང་དང་མི་མཐུན་པའི་འགོ་  
 ཚུར། འདི་སྒྲོར་དྲན་མང་ལྟ་སར་ཐོན་ཕྱིས་རྩ་ལྟ་ཁལ་  
 བཅུའི་མདོ་སྒྲུའི་ལམ་སོན་ཡང་སྒྲིན་རུ་མཛོད་ལས་སྒྲུ་  
 བཅས་པས་བ་ཤོལ་བཏབ་གསོལ་གཟེམས་གཉིས། ཡབ་  
 ཚན་དམ་པ། ལྷེ་བཟླ་དང་བཅས་ནས་རྗེས་སེར་གོང་རྗེ་བླ་  
 སར་ཆོས་ཞུགས་ཕྱིས་སྒྲུབས་གཙོ་ཞབས་གཏོང་རྒྱུའི་  
 གཏམ་དན་ལ་ཆགས་བཞག་ཕྱིར་བ་ཤོལ་བྱས་རུ་། རྗེས་  
 སུ་སྒྲུ་ལོ་༡༩༥༥་ར་ཆོས་ཞུགས་ཐོན་སྒྲུབས་སུ་ཆོག་ཕྱི་  
 གནས་མ་བྱུང་ངེད་ཁག་འགལ་བ་ལྟག་པར་ཆེན་པས་སྒྲོ་  
 ལང་ཆབ་མདོར་བྱོལ་བའི་ཆ་འགས་འགིག་བྱང་ཡིན།



ཟླ་ཆེས་ རྒྱ་ཕྱག་ཐོན་ཞབས་འབྲངས་ཏེ་སྟག་ར་དགོན་  
 ནས་ཐོན་དཔའ་འཁོར་དང་། འགམ་མས་གྲོང་། ཆེས་པ་མུ་  
 མུ་ཐེམ་ཐང་གི་སྒར་ཐོག་དེར་ཉིན་གཉིས་བཙག་ཞག་ཐོག་  
 ཏེ་ཐོ་དང་། རྒྱས་སྟོན་ལ་ཉེར་མཁེའི་ཡིག་རིགས་འཆར་  
 སམ་བཟེས། ཆེས་ལ་བསྐྱ་བའི་བཞེད་པ་འཁོར་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་དང་  
 བཙས་བྱམས་མདུན་འབྱོར། ཉིན་དང་གཉིས་ལ་གསེར་ཁྲི་  
 མངའ་གསེལ་བཏོན་བཞུག་རྒྱས་སྟོན་མ་དགོན་དང་ཏེ་  
 ལམ་མཚུངས་། བྱམས་མདུན་ཁང་ཆོན་ནས་ལྷ་མེའི་  
 འབྲལ་སྟོན་བྱས་པའི་སྟོ་སྟོན་ཉིན་མང་བཙས་ཉམས་སུ་  
 བྱོར་། ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ནང་སྒྲེར་གྲོང་རེ་དང་། ནང་སོ་  
 སོགས་ནས་གསེལ་སྟོན་མགོན་ཞབས་བཙར། ཕྱིར་གདན་  
 སར་ཕེབས་ལམ་མདའ་ཡིག་ཏུ་སྟོན་འཁོར་ལ་དམར་སྟོན་  
 མི་ཆོག་པ་འཁོར་པའི་འཁྱགས་ཕྱངས། ཟླ་ལྔ་ཆེས་ རྒྱ་ཕྱི་



མར་ཟླ་ཕྱག་དང་ལྷན་བྱམས་མདུན་ནས་ཐོན། ཇོ་ཐང་བར་  
འོག་ རང་གྲུབ་ཕྱག་རྟོར་ཚང་། རྒྱ་ལོག་ཁ་འོག་ཚང་།  
གོང་འགོ་བཅས་སུ་གནས་མལ་རེས་ཆོས་ཡུལ་ཕྱོན་འདུམ་  
སྒྲེབས། ཞིབ་ཁང་ཟུར་འཇུགས་འགོ་འཛིན་ཞེར་ལྷོགས་  
བསྐྱོས། ཟླ་༡༡ཆོས་༡༥འཆར་ཅན་གྲ་ཚང་གིས་བཏུན་  
བཞུགས་འབུལ་ཞབས་སུ་ཕྱོན་ཅིང་། མགོན་བསྐྱུན་གཞིའི་  
བབ་ང་སྣ་འདྲན་རྒྱ་སོགས་དེད་ནས་བྱས། ལོ་མཇུག་དག་  
འཆམས་སོགས་སྒྲར་བཞིན་དང་།

སྤྱི་ལོ་༡༩༤༧མེ་པག་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་ལྷ་མེའི་  
གཟུབས་གསོལ་མཉེས་སྟོན་སོགས་ལ་བཅད། མགོན་  
གཉེར་དགོངས་ཞུས་ཆོག་མཐའ་མནའ་ཆེན་གྱིས་ཡང་  
ཡང་མནན་པར་བཏུན་འདི་ནས་ཟླ་ཕྱག་མདུན་ཞུ་དར་  
ཡུལ་བར་བྱོལ་བཀའ་སོན་བཞིན་སྒྲར་འགྱུར་ལས་ཆོན་རེ་



གཉིས་རྒྱུ་དེ་ལས་སྤྱི་ལོ་མགོ་བསྐྱུས་ལུ་མཐུང་མ་བསྐྱུང་  
 ཐབས་མེད་ཞུས་དོན་ཞལ་བཞེས་སེང་པར་མནའ་ནག་  
 ཞིམ་ལ་ཉུང་རོལ་བ་བྱིས་པའི་ཕྱིད་མོ་འདྲིའི་དམིགས་  
 ཡུལ་གང་ཡིན་ནམ། ཟླ་༥ པ་ནང་མི་ཉག་སྤྱིད་ལེགས་  
 མཆོག་སྤྱལ་རིན་པོ་ཆེ་རང་ཁྲིངས་སུ་ཐེབས་ཏེ་དགོན་གྲུ་  
 ཡོངས་ལ་གསང་བདེ་འཛིགས་གསུམ་གྱི་དབང་ཆེན་  
 གནང་སེང་སར་ལས་ཆོན་སྤྱི་བཅར་དེད་བྱིས་བླ་མ་གང་  
 བྱུང་ལ་ཆོས་འབྲེལ་མི་འཛིན་པ་ལེགས་བཞིན། མཛོད་པ་  
 དང་མགོན་གཉེར་ནས་དབང་གྲལ་ཡོང་འགབ་ཆེ་ཚུལ་  
 བྱུང་ཡང་། སྤྱི་དོ་དབང་བསྐྱུར་ཞུས་ཏེ་བྱི་དོ་སྤྱན་འདྲན་གྱི་  
 སྤྱིང་གཏོང་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་བསྐྱུར་གནང་མཁན་ཆོའི་  
 བལེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཉུང་བས་པས་མ་འབྲས་བཏང་  
 རྟེམས་ངང་སྤྱིད་ལེགས་སྤྱལ་སྤྱི་རིན་པོ་ཆེར་བྱགས་འདྲོད་



བཞིན་ལམ་རིམ་ཆེན་མེ་སེགས་ཇེ་ཅོང་ཁ་པའི་གསུང་  
 མོད་ལག་འཁོག་གི་ལུང་ལུ་། ས་ག་ལྷ་བ་ཆོས་ནས་བྱིས་  
 པར་བསྐྱ་བྱིད་བཏེན་གོང་ཇེ་གདོང་གོང་དུ་དབྱར་སེང་  
 རེབས་བཞིད་ལ་བསམ་འཆར་ཅི་ཡོད་སྒྲོ་འདྲི་བྱུང་བར། ལྷ་  
 གཞུང་གི་གཟུངས་ཁང་མེད་པའི་སྒྲོས་གཞིས་སུ་དངས་  
 ལྷངས་གདན་ཞུས་འདྲ་མེན་ན་ཤེབས་ལམ་བྱུང་བ་མ་  
 གྲགས་བཏེན་ཀ་གོར་བྱི་རྣམ་པ་བསྐྱར་པས་ཕྱག་མཛོད་  
 བྱིས། ཁོང་གདོང་གོང་གི་ཁང་ལག་མཚམས་ཆེན་དུ་སྒྲོད་  
 གྱུ། ལས་ཚོན་གཞན་ཡང་གསུམ་བཞི་མཉམ་སྒྲོད་ལེ་གང་  
 འབྲིག་གིས་ཆོག གང་བྱུང་དུ་ཐབ་གསར་མི་འཆར་བ་  
 དང་། ཁང་དབྱ་སེགས་གཞོད་རྒྱུན་རིགས་མི་ཡོད་པའི་  
 ལག་བྱེད་སྒྲོད་མཐུས་ཞེས། འདི་ནས་ཆོག་གཞི་ཇི་བཞོད་  
 ལྟར་ལ་ཐམ་སྒྲིན་བྱུང་ག་ཤིས་སྒྲོ་མཐུན་ཞུས་རུང་། རིང་



མིན་ཚིག་རྗེས་དོན་གནས་མེད་བབ་གཞིག་ན། འགའ་  
 ཞིག་ནས་འཆར་གཞི་དང་ལྡན་པའི་བསམ་ནག་ཁོག་  
 བཅུག་གི་བྱ་བ་ཡིན་འདྲ་ཡང་མ་ཚོར། ཚེས་༡༤ རེད་  
 བཞུགས་སྒྲིག་ལ་ཐོན། སེམས་རྒྱུ་གིས་ལྷ་ཁང་ཁག་  
 དང་འདྲུ་ཁང་ཆེན་མོ། མགོན་ཁང་གཉིད་ཁང་སོགས་  
 མཛོད་རིགས་ཕལ་ཆེ་འདོན་གཙང་གྲ་ཚང་། སྒྱ་རིམ་  
 ཚོགས་ཡུལ། ཡིག་ཚང་། ཕྱག་ཁང་། སེ་སེའི་ལག་མཛོད་  
 བཅས། བོད་རྗེ་འཕྲེངས་འཛིན་ནམ་པ་༡། མགོན། མགོན་  
 ཚབ། གསེལ་གཟུངས། ལྷེ་འཆར་༡། རྒྱུ་གཉིད་ལྷ།  
 གདན་གཉིད་དང་། གྲ་ཚང་། གསེལ་ཐབ་པ་བརྒྱུད་རེ།  
 རང་ཟན་ལྷ་རྒྱུ་སྒྲིད་ཡུལ། རྒྱུ་གཉིད་ཡན་ལ་སྒྲིད་འག་  
 ཁ་གཙང་། མཛོད་བང་ཁག་མང་སོགས་དང་། ཐེབས་  
 འཕྲུལ་ཚང་མར་དཀར་སྒྲོ་བཞེས་འབྲས་སོགས་སྒྲེ་ལེན་



གུ་མོ་མ་བཅུས་གུང་ཡིག་ཚང་ཚུགས་ཡུལ་གྱ་ཚང་ལ་ཁ་  
 བསྐྱར་དང་། རིན་པོ་ཆེའི་ཕ་རྒྱན་མང་ལྡན་གསེར་གདུང་  
 ཁག་བཞུགས་སའི་ཆོམས་ཆེན་བདག་གཉེར་བྱ་སྤངས་མི་  
 འཕེས་པའི་སྒྲི་སྒྲིང་། རུང་ཁང་གསེལ་ཐབ་བཅའ་སར་སྒྲེར་  
 དས་མེ་གཏོང་ན་མི་འབྲས་ཞེས་མགོན་མགོན་ཚབ་ཁ་  
 འགྲིལ་སྒྲོ་བུར་སྒྲིག་བཟོས་ཆོན་ཅུ་བཟང་པོའི་འགག་ཏུ་  
 སྒྲེར་ཐབ་བཅའ་བ། འཕེ་མ་ཁེ་སྤྲོངས་པའི་དགུན་ལྡས་ས་  
 ཡུལ་དུ་གཞུང་སྒྲེར་གྱི་ཏུ་བྱ་འཆོ་བ་སེགས་བརྒྱས་བཅོས་  
 ཅུབ་སྒྲིང་ཆེ། ཟླ་བ་ལྷ་པ་ནང་གོང་ཁྲེ་ཡུལ་ལྷ་རབ་རྒྱས་རི་  
 མགོར་ལྷ་གསེལ་བཟུང་བསངས་པེབས་ཞབས་ཕྱིན། ཟླ་བ་  
 དུག་པ་ནང་སྒྲི་མཛོད་ཆབ་མདོར་མདོ་སྒྲི་གསར་པ་ལྷ་སྒྲུ་  
 སར་མངལ་ཞུས་སུ་བསྒྲིང་། སྒྲེར་ལའོར་མཆོ་ཁ་ཞེས་པའི་  
 རགས་གསེབ་སྤང་སྒྲོར་ཞིག་ཡོད་སར་ཟླ་གཞུང་ནས་སྒྲོ་



རྟོན་ཉིན་བདུན་དང་། འདི་ག་ རྟེ་བཟ། ཆིབས་ཆེ། འཁོར་ཁ་  
 བྱིས་གཞིས། དགོན་ལུང་དགོན་པ། གྲུ་བཞི་ལྟ་བུ་བྱ་བ་འབྲི་  
 རྟེ་རྟེ་བཅས་པར་འབྲུལ་ངོ་ཚོང་རིན་གང་ཡང་མེད་པར་  
 མི་འདོད་བཞིན་དང་སྒྲངས་ཡིན་ཚུལ་སྟོན་རྟོན་ཉིན་གཅིག་  
 གཉིས་ཉིན་འབྲུལ་གྱིས་བརྒྱན་པའི་བྲས་ཕྱོག་པའང་  
 བསྐྱབས་ཆོས་༡༥ སྟེ་ཕྱག་དབྱེན་འདུམ་དུ་སྒྲུབ་ཐེགས།  
 ལྟ་ཁང་ནམས་ནས་ཉིན་གསུམ་མཆོད་ཆས་བརྒྱག་སྟེར་ཅི་  
 དེགས་ཕྱོག་དགོན་ཁང་ཆ་འགས་དབྲལ་བ་དང་། གང་  
 བྱུང་མེ་བཏང་། བཙོག་པས་བཀའ་བ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་  
 གསོ་དང་། སྟོད་ལམ་མ་འདྲ་དྲགས་པས་སྟོམས་ཚུང་  
 ཆོག་ཟ། སྒྲུང་ཕོ་ཆམ་ནད་དང་ཚུལ་གྱིས་ངེད་རེ་ཞིག་རང་  
 གནས་བསྐྱད་པས་དབྱེན་འདུམ་དུ་ཡོང་དགོས་པའི་ཡི་གེ་  
 བསྐྱད་མར་འབྱེད་རོ།



སྒྱི་ལོ་༡༩༤༥པོད་ས་གྲི་གསར་ཆོས་ཟླ་༡ཆོས་  
 ལ་ལ་དབྱེན་འདུམ་དུ་སྒྲིབས། སྒྲར་ལྷགས་ཡིག་ཆང་  
 ལས་ཁུངས་གྱི་འཆར་འཕར་ལས་དོན་གྱི་འགོ་འཛིན་ཡིན་  
 ཁུལ་གྱིས་སྒྲེམས། ས་ག་ཟླ་བའི་ནང་ཟླ་ལྷག་བུ་དགོན་དུ་  
 ཕེབས་ཞབས་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་རང་གྲུབ་དང་། རྫོ་  
 ཐང་བརྒྱད་བྱམས་མདུན་སྒྲིབས། མཉེས་སྟོན་ལོངས་སྟོན་  
 དུ་རྒྱུ་པ་ལོག་འཆོའི་དུག་ཁུ་འདོད་རྒྱའི་རྒྱ་མཆོ་ཆོན་པོར་  
 དོལ། ཟླ་༤ཆོས་འགོར་གྲང་ར་ལུ་དང་། དེ་ནས་ཡུལ་  
 བདག་གནས་པེ་རྫོ་རྫོ་གྲུར་མགོན་མགོར་ལྷ་བསངས་རི་  
 གཟིགས་སུ་ཕེབས་ཞབས་ཕྱིན། ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ཉིས་  
 བཅུ་གས་ཕྱི་མ་ནང་ཏ་མདའ་ར་ས་རྒྱ་ཆོན་སར་ཟློས་ཕྱོད་དུ་  
 གྲུར་ཉེའི་དེད་དང་མགོན་གཉེར་ཁ་འཐབ་ཐུག་པ་བཅས་  
 ནམ་ཉིག་ལྷ་བུས་དགོངས་ཞུས་གྱིས་འགམ། ལྷོ་དགར།



འབར་སྒྲང་བརྒྱད་རང་གནས་གདོང་ཁོང་འབྱོར། རྗེ་གོང་  
 མ་བརྒྱད་པ་ཆེན་པོའི་ནྟམ་ཐར་འབྲི་ཕྱི་མ་ཕྱན་བྱ་ནམ་མེས་  
 ལས་བྲེལ་འགན་གཞན་བྲལ་བག་མེད་ནྟམ་གཡེངས་ངང་  
 སེས་དལ་བགྱིས། སྒྲ་ཕྱག་དབྱེན་འདུམ་འབྱོར་ནས་འཕྲོས་  
 པ་རིམ་འབྱོར་བཏེན་སྒྲ་ཉ་ཆོས་འ་ཉ་ཉིན་དབྱེན་འདུམ་  
 འབྱོར། ལོ་སྒྲང་མདོ་སྒྲི་ལས་བྱར་བཅས་དང་། ཆབ་མདོ་ཕྱི་  
 འཁོར་སོགས་སྐྱ་ལོ་གསར་ཏེན་འབྱུང་ཞུ་ཡིག་བཟོ་འབྲུལ་  
 བྱིས་མཆོན་ཕྱི་འཁོར་བཀའ་ཡིག་པལ་ཆེའི་བེན་འདེབས་  
 སོགས་ཡིག་ཚང་ལས་དོན་སྒྲར་འབྱུང་བཞིན་བགྱིས་སོ། །

སྒྲི་ལོ་ཉ་ལྔ་ལོ་བོད་ས་སྒྲང་གསར་ཆོས་ཉིན་དང་  
 གཉིས་ལྷ་གསོལ་དབྱེས་སྟོན་དང་སྐྱ་མཐུད་ཐུགས་སྒྲོ་  
 སོགས་ལ་ཞུགས། མཛོད་པས་ལས་ཚན་ན་གཞོན་ནྟམས་  
 ལ་སྐྱམ་ཏུགས་འཁོག་བྲིད་དགོས་ཞེས་གསུངས་པ་དང་



འབྲེལ་མང་པོས་རེ་བ་ནན་བསྐྱེད་བྱུང་འབྲས་མངོན་  
 གསལ་དོད་པ་དང་། ཡ་བོ་ཡོང་དགའ་བསྐྱབ་བྲིད་བྱ་ཆུ་  
 ཞིག་ལ་འདི་ལས་མགོ་ན་ཆེ་བ་མེད་པ་འཤམ་བཞིན་དེ་  
 ལྡོག་མ་ཙུམ་འབྲམ་ཐོག་ལྗང་མ། ལྡེ་མཁར་སྒྲོང་། རྒྱ་ལུ་རི།  
 དཔལ་ལྷོ། ར་གནུབས། བྲོང་རེ་བུ་སོགས་ཉི་ཤུ་སྟོར་ལ་  
 ལུམ་ཅུ་པ་དང་དག་ཡིག་དག་སྟོན་ལྷུང་སྟེལ་དུ་བསྐྱབ་  
 བྲིད་གྱིས་ཉིན་བདུན་རེའི་མཆོམས་ལྗང་གཞུང་ནས་དེད་  
 དགོ་སྟོབ་སྟོར་སྟོབ་སྟོན་རེའང་བྱུང་། ས་ག་ལྗང་བ་ནང་ལུམ་  
 ཅུ་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་ལ། དག་ཡིག་དག་སྟོན་གྱི་པ་སྟེ་  
 ཡན་སོང་མཆོམས་དབྱར་སོང་འགོ་རན་གྱིས་མཆོམས་  
 བཞག་ལུམ་རྟགས་བསྐྱབ་སྐྱེད་སྟོན་བཞི་སྟོང་བར་  
 གདམས་པ་དྲུང་སྟོང་ཀུན་དགའི་སྐྱེད་རེའང་བཙུམས།  
 ཆོས་༡༥གསེས་སྟོང་ལྷུངས། ཆོས་༡༥ལྗང་བྱག་དང་མཉམ་



བོར་དབྱར་སང་ལ་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན། རྒྱན་ནི་དགོན་  
 གྱི་ཕར་ཀ་མདོ་ཞེས་པའི་གོང་པར་སྒྲེབས། ཟླ་ཆེས་  
 ཡུལ་ག་ར་མི་སྒྲིས་མེལ་དོན་མི་ཏེག་རྩ་བར་སྒྲོ་སྒྲིད་  
 གཏོང་ས་དང་ཕྱི་ཉིན་ཡུལ་མིའི་གོས་ཡག་ལྷམ་བཟུག་ཏེ་  
 པ་མང་པོར་བཅས་ཡུལ་བདག་རྗེ་རྗེ་དབྱ་འདུལ་འགོར་རི་  
 རྒྱུད་ལ་ཕྱིན། ཆེས་དམར་ཏན་འཁོར་ཆོའི་དགོར་སྒྱུད་གྱི་  
 འདོད་པར་བསྐྱུན་ཏེ་གོང་རྗེ་འཁོར་ར་འབྲེག་པ་ནང་ཕྱོན་  
 པར་མེདོ་བམ་ཁར་ཆེབས་བསྒྲེལ་ཞུས། ཆེས་དམརོ་ནས་  
 ཐོན་རང་ས་ཁེ་ལྗོངས་རིས་པོ་འཆོར་དུ་འཁོར་ཁག་སྒྲིད་  
 སྒྲིག་བཅན་བསྐྱུལ་འབྱམས་ཉུལ་བག་མེད་དང་། ཆེས་  
 རྩ་སྒྲོར་གདོང་གོང་འབྲེར་ཞིང་སྐྱུལ་སྐྱུ་རྩུ་བ་སྐྱར་ལམ་  
 བོད་བསྒྲིད་ཉིར་བསྒྲེགས་དང་། སྐར་དགར་སྐར་ལྡེ་བཟུའི་  
 ཉེ་ནང་སྒྲོ་སྒྲིད་སར་སོང་། ཟླ་ལྔ་ཆེས་འགར་སྐྱུལ་སྐྱུ་རྩུ་



བ་བོད་མེབས་བོད་དགར་ལ་ཁར་ཆིབས་སྐྱེལ་ཞུས་ཏེ་  
 ཆོས་ལྷུན་ནི་དགོན་དུ་སྦྲར་འབྱོར། དེའི་རིང་སྐྱི་མཛོད་  
 ཡུལ་བུ་བས་སྦྲར་ནས་གསོལ་བཏབ་དོན་སོན་བྲག་སྐྱི་  
 དགོངས་ཁྲོལ་སྐྱི་སར་འོས་འཆར་གོ་བསྦྲར་ལ་དགོན་  
 ཡུལ་མི་སྣ་འཛོམས་དགོས་བཞོད་ཡིག་བཀྲམ་འདུག་  
 ཅིང་། དཔོན་ཁག་དབང་འབྲུགས་ཆེ་གས་ཆོས་རང་རང་  
 སེ་སེའི་ཉེ་ལྷོས་ཁག་བདམ་པའི་དགོན་འབངས་འབྲུས་  
 མིས་སྐྱི་མཛོད་འོས་ངེས་རིགས། དམངས་ནས་མེས་པ་  
 ཡོད་པ་ནམས་ནི་ག་ལམ་འོག་འཁོར་འཁོར་ཅམ་ལས་སྦྱང་  
 དབང་མེད་པར་སེར་གཟུགས་མགོན་གཉེར་ལྟ་ཅི། སྒྲ་བྲང་  
 དབུ་བརྟེས་ནས་ཡོང་མ་དར་བ་ལྷུང་ལོ་ཅན་གྱི་བྱིམ་པ་  
 མགོན་ཆོབ་དང་ར་ཞིག་ལྟེ་འཆར་སོགས་གྲུང་སྐྱི་མཛོད་གྱི་  
 འོས་སུ་ཡུལ་བའི་སྐྱིག་མེད་འཆལ་གཏམ་ལང་ཡོང་དུ་



གཡོ། ཆོས་ཀྱི་གོང་མེ་ལའོར་ར་ནས་ཕྱིར་ཕེབས་ཆེབས་  
 བསྐྱར་བཅད། སྐབས་དེར་ནང་མ་ལས་ཆོན་ནམས་དང་།  
 ཐང་རེ་དགོན་ཡུལ་མི་སྣ་གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་མང་མཐར།  
 ཡང་སྟོང་མགོན་ཆེ་བསྟན་པ་མཁྱེན་རབ་དང་། ཕྱག་  
 ཉགས་ཕེབས་ན་སྒྲ་བཅད་ལུས་བསྐྱར་བཟུང་བཅོན་སྐྱར་  
 བྱ་ཁས་སྐྱངས་པ་མགོན་ཆོབ་གོང་རེ་ཡུན་ཆོགས་བཟ་  
 འཁོས། འོས་སྒྲར་བཅོན་བཀོད་ནད་པ་མལ་ལྟང་ལྟ་ལྟན་དུ་  
 ཡོད་པ་ལྟེ་སྒྲ་མེད་དམ་ཡོངས་གྲགས་ཆོང་དཔོན་སྒྲ་མའི་  
 འགྲམ་ཐོག་བྱ་ནམས་འོས་མང་དང་། དེད་གཙོས་རེ་ཟུང་  
 གིས་འོས་རིམ་སྒྲིག་ལྷགས་ཐང་བྱ་བ་ལམ་ལྟོངས་སུ་ཆེ་  
 རྒྱན་ནི་དགོན་མགོན་པོའི་མདུན་ཟན་སྒྲིལ་ཡུལ་འགབ་ཆེ་  
 རྩལ་སྐྱོང་ནའང་དབང་ནུས་མ་ཐོན་མགོན་ཆེ་ཟན་སྒྲིལ་མ་  
 དགོས་པར་དང་པོར་འགོད་རྒྱུ་དང་། གཞན་གསུམ་ཟན་



སྒྲིལ་དུ་ཐོན་རིམ་བཞིན་གྱི་འོས་བཀོད་གཞུང་སའི་སྤྱི་  
 དཀའ་དང་། མདོ་སྒྱུར་སྟོན་ཞུ་ཡུལ། དཔོན་ཚན་ནམ་པ་  
 བསམ་དོན་ལྟོན་གྱིས་གྲུབ་སྟམ་བདེ་དལ་བག་ཐེབས་  
 མཉེས་སྟོན་ཡང་ཉིན་མང་གནང་སར་ཕྱིན། དག་པའི་ཆོས་  
 འགོར་འཁོར་བཅས་དབྱེན་འདུམ་དུ་ལོག་གོ། རྗེས་སུ་  
 གོང་རྗེ་གྲུ་སར་ཆོས་ཞུགས་བོད་ཐེབས་རྒྱ་ལར་བརྒྱ་  
 འབུལ་མངལ་ཞུས་སྐབས་བརྟུན་གཟིམས་རྒྱུ་། (འདི་  
 དག་ད་ལྟར་གྲུས་སེམས་ཡོད་པས་མིན་རུང་སྐབས་དེའི་  
 ཡོངས་གྲགས་མིང་ཆོག་སེར་བཞག) རང་དུ་རང་པོའི་ཇོ་  
 སག་གི་མིང་བྱེད་མགོན་ཆེར་འཇུག་ཏེ་བདེ་སྒྲུག་སྐབས་  
 ཞུས་དུ་འབོད་དང་། བསྐྱར་དུ་རྒྱ་ལ་ཐེབས་ལམ་ནས་  
 འབོད་ཞུས་ཐེངས་གསུམ་བྱས་རུང་། འབངས་མི་ཉམ་ཐག་  
 གི་སྒྲིལ་སྒྲུགས་ལ་བདེན་ཇུན་ཞིབ་དཔྱོད་ཅིམ་ཡང་མེད་པར་



སྒྲུང་ཅེ་འག་བཙུན་ཁང་དུ་འགྲོ་སྒྲུང་གི་རང་བྱུང་ལྟ་བུ་  
པ་ཆོའི་ཁོངས་མི་དཔལ་སྒྲུང་བྱ་བྱང་ལྟུང་ཆོས་གྲགས་ལ་  
མགོན་ཆོས་དགའ་མིན་ཞེ་ནད་གྲིས་སྒྲི་མཛོད་ཡུང་སྒྲེ་ཁ་  
དབང་ཅེས་ལེན་འད་སྒྲུང་བཀྲིས་པར་ཁོ་པ་སྒྲུག་ནད་ཐེག་  
བྲལ་སྒྲུབས་དེར་ཆབ་མདེ་བྲིམས་གོང་བཙུང་ལྟུང་སྒྲི་མཛོད་གྲི་  
གྲི་ཅེན་ལ་བཏེན། ཟླ་བ་དགུ་པ་ནད་ཁྱེད་ཆོའི་སྒྲི་མཛོད་གྲི་  
འོས་ཁོངས་དང་པོར་བཞག་པ་མགོན་ཆེ་བསྟན་པ་མཁྱེན་  
རབ་ལ་བྱེད་འཛིལ་སྒྲུང་སྒྲུག་ཆེ་ཙམ་ཡོད་ལྟུང་བྲག་སྒྲི་  
དར་ཅན་གྲི་འོས་སྟན་ཁོངས་འཇུག་འོས་ཆེ་མིན་ལ། རང་  
ཁོངས་སྒྲུ་སྒྲུལ་གྲིས་མཆོན་ཆབ་འབངས་ལ་བྲུམས་འཆོ་  
ལྟ་ཏེ་གྲུབ་ངེས་སྒྲུ་འབངས་གྲོས་བསྐྱར་ཞེས་བཞེད་གིས་  
འོས་སྟན་བསྐྱར་འབྲལ་དགོས་སྒྲིའི་བཀའ་ཁྱེད་ཐེབས་དོན་ཟླ་  
༡༠པའི་ཆོས་འགར་ལས་སྒྲི་དང་། སྒྲེ་འབྲས་ཡིན་སྒྲུ་བ་ཁ་



འགས་ཚ་ལུར་གྲོས་འཛོགས་འོས་དང་པོ་མཆོད་དཔེན་  
མཁར་འགོ་སྐྱལ་སྒྲུ། གཉིས་པ་ལྟ་སྟོང་ཆུ་བར་སྐྱལ་སྒྲུ།  
གསུམ་པ་ལྟ་སྟོང་སྟེ་འཆང་བླ་མའི་བཞོད་པའི་འོས་སྟན་  
འབྲལ་དགོས་བྲལ་སེང་ངོ། །

སྒྲུ་ལེ་༡༩༥༠བོད་ལྷགས་སྟག་གསར་ཚེས་ལྟ་  
གསེལ། མངལ་དར། དབྱེས་སྟན་སོགས་སྒྲར་བཞིན་དང་།  
སྟོང་ངན་མེད་ན་ཞུ་མེས་བཞིན་འོས་དང་པོ་མཁར་འགོ་  
ལ་བྲག་སྒྲུ་བསྟོ་བཞག་སེང་ཚུལ་སྟོན་གྱི་བྲག་ཏགས་བསྟོ་  
འངའ་རིམ་པ་དང་མ་འདྲ་ཙམ་གྱི་འགོ་མཆན་ཞིག་འབྱེད།  
ངེད་གཙོས་པས་བསྐྱལ་སྟོང་གིས་བྲག་གཡབ་བླ་འབངས་  
སྒྲུ་མགྱོན་ཁ་ཁུར་འོས་སྟན་བསྐྱར་འབྲལ་ལ་མགྱོན་ཆེ་ད་  
དུང་བྲགས་རེ་ཆེ་ནའང་། དེ་འདྲ་བྱེད་སྟབས་འགྱོན་ཏུ་  
དགའ་བར་བཞེན་རེ་བ་ཆད་མཚམས་ཁོང་པ་ཨ་མཆོད་



དགོངས་པ་རང་བྱོལ་ལྟ་བུས་ཉིན་གཅིག་སྡུ་ལང་འབྲེལ།  
 ཐུག་གཡའ་དགོན་ཞེས་པའི་རི་བྱོང་དུ་བསྟེན་མཚམས་  
 ཆེས་འདོན་བྱ་རྒྱ་ཡིན་ཚུལ་ཆ་བཞག་ཆོག་ཟ་ནམ་ཉོག་  
 གིས་ཐེགས་འདུག་པས་མང་ཆེ་གད་མེའི་ཡུལ་དུ་གྱུར།  
 སྤྱི་ཉིང་ཡུལ་གྱ་བས་མཛོད་པ་ཕྱིས་ལེན་འཕྲལ་དུ་མ་  
 བགྱིས་ཆོ་དགོངས་པ་ནི་བྱོལ་བེན་པས་ཡེལ་དགོན་དུ་  
 ལོག་རྒྱ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་དེ་ལམ་བཞག་པས་འབྲས་མིན་  
 ཁར། མགོན་ཆེ་འོས་ཁོངས་ནས་ཕྱིར་དབྱུང་ལ་དགའ་མིན་  
 མེ་རྒྱབས་འབར་བ་ཁ་འགས་ནས་མར་འཁོར་རྟོག་གཏང་  
 གྲ་མ་འགྲིག་གི་བེང་འཁོགས་འཁོག་འབྱུང་རེའང་། དེ་  
 འདྲས་རང་གཞན་ལ་དགོ་སྒྲེབས་གང་ཡང་མེད་འཁོས་  
 གྱིས་མཛོད་གསར་ཉིང་བཞེ་ལེན་བཟང་གྲ་ལོགས་འགྲིག་  
 ཡོང་ཐབས་མངའ་ཁོངས་མི་སྣ་བསྐྱ་བཞོད་བྲི་སྟོན་



ལེགས་ལུ་མཛེས་བཟང་བཞེད་པའི་མཐུན་ཆུན་ཉིད་  
 བསྟེན་པའི་བཟོན་ཞེ་སྟེང་ཟླ་མཆོས་༡༤མཁར་འགོ་  
 ལྷུ་ལྷུ་སྟེ་མཛེས་ཁྱི་འདོན་སྐབས། གསེར་ཐམ་འཁོད་  
 པའི་བྱེད་སྒྲུའི་ལག་བྱེད་སྟེ་ལྷུ་ལྷུ་དང་། སྟེ་མཛེས་ཉིད་པར་  
 ཐོན་གནང་། གསེར་པའི་ལེགས་སྟེ། སྟེ་ནང་ལས་ཆོན་  
 སྟེ་འབྲས་བཙས་པར་བཀའ་བསྟུང་། ཆབ་ཟླ་ཕྱི་ལོད་ཀྱིས་  
 མཆོན་པའི་སྟེ་མགོན་ཁག་ལ་སྟེ་ལེན་དང་། ཡིག་འབྲས་  
 ཁག་གི་འབྱེད་ལན་སེགས་སྟེ་ལམ་ལྷུ་ཐབ་གཟེངས་  
 ཡིན་ཁུལ་བྱས། རྗེ་བཟུང་པ་ཆོན་པའི་ནམ་ཐར་འབྲི་ཕྱི་  
 བྱས་པའང་འདི་སྐབས་མཇུག་འདྲིལ་དང་ཐོག་མདུན་  
 འཁོར་ལས་སྟེ་བཙས་ཀྱིས་ཞུ་བསྟུལ་ཞུ་ནན་བྱེད་སྟེ་  
 དང་། རང་གི་དཀའ་ངལ་འབད་བཟོན་བཙས་ལ་དཔག་  
 གཟེངས་བསྟེང་དཔང་མཐོ་ཐོབ་ལེའང་། དེར་རང་སྟེ་གས་



དཔེན་ངན་འགར་སྤྱན་འབྱེན་བཅག་བཅག་གི་ཚིག་ཁ་  
 འགས་ཐལ་བྱུང་དུ་འཁོར་བས་ལན་ནམ་མཐོང་ཆེན་དཔར་  
 བསྐྱེའི་ཕྱིས་གཞི་བའོལ་ཏེ། དཔེ་བའུ་ཅམ་ཡང་མེད་  
 དཔར་དངུལ་སྤང་སྟོང་ཕྱག་མང་རིའི་ངལ་ཕྱོལ་གནས་པའི་  
 གླེགས་བམ་ཞིག་རང་བྱིམ་རས་ཁྲའི་སྤྱག་རྒྱས་པ་སྤྱི་རྟོང་  
 སྒྲུབས་བོད་ལྗོངས་རིག་གཞུང་གི་མཐོང་དང་ངེ་བྲེལ་ནི་དེ་  
 འདྲའོ། བར་འདྲིར་གོང་གསལ་ལ་ལྟར་བསྟན་སྟེད་ཡིན་ན་ཨ་  
 ཁ་མ་དེར་ཞེན་ལས་དོན་གྱི་རྟུང་འཛིན་དུང་མགོན་གཉིས་  
 གའི་གོ་བཅད་འབྲས་ཚིང་བྱས་ནའང་། རིང་མིན་ལས་ཚིན་  
 སྟོབས་ཆེ་རེ་བྱུང་གི་ཁ་དབང་ངེད་ཀྱིས་གོ་མ་ཆོད་ལྟ་  
 བྱས། དུང་ར་ཞིག་ཆེད་མངགས་སོགས་བསྐྱ་བ་ཟབ་  
 གཞུངས་བཅས་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ནོར་བུར་བཅིས་ཏེ་  
 མགོན་ཆེ་གདན་ཞུས་བྱས་སོང་སྟབས། ངེད་ཀྱང་མལ་



བསེ་རིས་སྤྱ་བབ་ཅེས་དབྱར་སེང་ལའང་བསྐྱད་གཞོང་  
 གོང་དུ་ལོག། སྤེ་སྤྱིས་ཆར་སྤོང་ལ་ཁག་བཏགས་སྤོང་  
 སྤྱིག་དང་བཅས་རི་སྤྱལ་སྤོན་སྤོངས་ཉམས་དགའ་དང་།  
 འཕེ་འབྲེག་ཁི་རྒྱང་སེགས་སྤྱ་འབྲམས་ཉལ། དེ་ན་བུ་མོ་  
 དངོས་གྲུབ་ཆོས་མ་བེན་པར་དགུང་ཞག་སྤོང་མཆོད་  
 འདོན་ས། དེར་གཡང་སྤྱབ། དབ་སྤོང་དང་། ལྷག་ཆང་ནང་  
 པ་སེགས་ལ་ཆེ་དབང་སེགས་ཆོས་ལྟ་གྱི་རྒྱན་བེབ་མགོ་  
 བསྐྱོས་ཡང་བཀྱིས། ཟླ་པ་ཆོས་ཀྱི་ཉེན་ས་གཡོས་ཆེར་བྱུང་  
 སྤྱབས་གཞོང་གོང་དགོན་གཟེམས་འགག་གྱང་སྤོང་  
 འཁར། ཉེན་འགས་ཐང་སྤོང་གུར་ཕུབ་གྱིས་གནས། འདི་  
 སྤྱབས་གྱང་ཁྱན་དམག་མི་ཞེས་པའི་མ་རུངས་པ་ཞིག་  
 ལྷགས་ཉེན་ཡོད་རྩྱལ་དང་དམག་བསྐྱ་གོ་གསེར། སྤྱི་  
 མཛོད་མདོ་སྤྱི་གསར་པ་ང་ཡོད་སར་མཇལ་ཕྱག་ཞུ་བཅར་



སེགས་མཛོད་བེལ་ཆེ་ཙམ་བྱུང་ཆོད་ཡིལ་དགོན་དང་། དེ་  
 རྗེས་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཡོང་དགོས་ཡིག་རྒྱ་བེངས་གཉིས་  
 འབྱོར་རུང་རེ་ཞིག་དགོངས་ཞུས་བཅར་རྒྱ་དང་འབྲེན་ཁོ་  
 ནའི་མུར་ཟླ་འཆོས་འཁྱིན་ཆབ་མདོར་བཅུངས་བརྟེལ་  
 དམག་འབྱོར་གཞན་གསེས་བྱ་མའི་མགོན་ལྷ་སྟན། དབྱེན་  
 འདུམ་འཕུལ་འབྱོར་དགོས་པའི་འཕྲོས་ཡིག་རིམ་བྱུང་ལྟོ་  
 སེགས་བ་བཞིན་འཁུར་མེད་མ་འགབ་བྱུང་། སྤྱི་མཛོད་  
 མཁར་འགོ་སྟར་ཁམས་རྒྱ་དཔོན་ཆེ་བ་ཞིག་སར་རང་  
 སྤྱིད་རང་བེན་ཆོག་པ་ཞུ་བྱེད་འཕུལ་དུ་བེན་གཏན་ཡིན་  
 ཚུལ་གསལ་བ་དང་། ཆབ་མདོའི་གནས་ཚུལ་བལྟ་བར་  
 བང་མི་ཞིག་ཆེད་བཏང་བྱེད་འཁོར་མ་བྱུང་བ་བཅས་གྱིས་  
 ཞག་འགས་འབྱུངས། མཁར་འགོ་ཡར་འབྱོར་བོས་འཕུལ་  
 ཟླ་༡༠ཆོས་འདབྱེན་འདུམ་དུ་སྒྲིབས་པར་དཔོན་དམག་



ནས་ཞལ་བཞེས་བཟང་པོ་ཐོབ་ཚུལ་གྱིས་། ཟླ་༡༡་ཆེ་༤་ལོ་  
 རྗེ་བྲག་གཡམ་དགོན་དབྱར་སེང་ནས་སྤར་བྱོན་འདག་  
 མདར་ཆེབས་བསྐྱ་དང་། ཆོས་༡༡་ཆབ་མདོ་ཁེ་རྩེ་ལ་  
 ཐེབས་པར་གཡག་ཉལ་དུ་ཆེབས་བསྐྱེལ་བྱས་ཤིང་  
 གདོང་ལོང་དུ་ལོག་གོ།

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༡་ལྷགས་ཡོས་གསར་བཞད་ཆོས་  
 གཏོར་གཟབས་གསོལ་སོགས་སྤར་རྒྱན་བཞིན་དང་  
 གཞུག་སྤོང་སོགས་སྤྱ་འབྱམས། བཞོད་རྒྱ་རིམ་བྱུང་  
 བཞིན་ཟླ་༥་ཆོས་༩་དབྱེན་འདུམ་སྤོབས་ཡིག་ཚང་ལས་  
 དོན་སྤར་རྒྱན་བཞིན་དང་། ས་ག་ཟླ་བའི་ནང་མཁར་འགོ་  
 འཁོར་བཅས་མི་དམངས་འབྲས་ཚོར་ཐེངས་དང་པོའི་  
 ཆོགས་འདུ་སར་ཐེབས་ལྷན་འགྲོ་འདོད་ཆེད་། དང་པོར་  
 འཕྱད་པ་དེ་དེ་སོ་སོ་ཆེ་ཡོང་རེ་ལྷ་བྱས་མགོན་ཆེ་དང་



མགོན་ཚབ་འགྱེ་འདོད་འཚངས་ཀས་དེད་མལ་འཁུལ་  
 གལ་གནད་ཆེ་ཚུལ་གྱིས་མ་ཁྲིད་བྱང་ཕྱིར་འཁོར་སྐད་  
 ཆའི་འགྱེ་བྱུགས་དང་། སྒྲ་ཕྱི་ཆབ་མདེ་སྐྱབས་ནས་ཡོང་  
 མེར་འདྲི་ཕྱི་ཞིབ་བཅུས་བཅུངས་བཀྲོལ་དཔོན་དམག་གི་  
 སྒྱུད་བཟང་ངང་ཚུལ་ཐོས་པས། དེ་གོང་དཀྲོག་གཏམ་སྒྲ་  
 ཚོགས་གྱི་ཚུན་རྒྱབ་མདོན་དོལ་ལྷགས་སྒོལ་ངན་པ་རང་ནི་  
 མིན་ནམ་སྟམ། དེང་མིན་བོད་ཞི་བས་བཅུངས་བཀྲོལ་གྱིས་  
 མཐུན་ལེགས་གྲུབ་བྱ་བོད་དཔོན་རིགས་ཆེ་ཁག་ཆབ་  
 འབྱེར་ནི་བའི་དགའ་བསུ་ཞུ་སར་བླ་བྱང་གི་སྒྲ་ཚབ་ཁ་  
 འགས་འགྱེ་དགོས་དེད་ནས་ཆེད་འཚངས་ས་ག་བླ་བ་ནིས་  
 བཅུགས་རྒྱུ་མའི་ཆོས་༡༡ ཉིན་དཔྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་  
 གདོད་ཀོང་དང་། ཆོས་༡༡ ཆབ་མདོར་སྒྲིབས། མར་བྱང་  
 ཟས་ཚང་གསེང་ཆོས་བཅུ་ཚང་སར་བསྐྱད། མགོན་



རིགས་ད་དུང་ཕེབས་འབྱེད་ཡོང་མེན་སྐད་གྱིས་སྒྲུག་སྒྲོང་  
 བར་དེར། རེད་སྒྱི་ཚོགས་སྒྲོང་པའི་སྐབས་གྱི་བོད་རིག་  
 གནས་ལ་སྒྱུངས་བཙོན་མང་ཞིག་བགྱིས་པ་གོང་གསལ་  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཀའ་བཞེད་བརྒྱད་འཛིན་ལམ་  
 ལྷགས་ངན་པ་སྤྱོད་པའི་ཁྱད་མངའ་བདག་གསལ་གྱི་  
 ཞབས་ཞུས་དང་། རང་མཐོང་སྒྲེར་སེམས་སྒྲོང་བཀའ་སྒྲོན་  
 གྲགས་འཕྲོབ་རེ་ཁོ་ནས་བྱས་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་བས་རེ་བོ་  
 དང་དམིགས་ཡུལ་ཡོངས་སུ་མ་དག་པ་དང་། མི་  
 དམངས་གྱི་ཕན་ཁོའི་ཆེད་དུ་ཞབས་འདེགས་ཞུ་བྱུང་  
 སེམས་ཐག་གཙང་བཅད་གྱིས་མི་དམངས་དང་མཉམ་  
 འབྲེལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་བསྐྱེད་ལུ་ཅི། གསར་བཞེད་གསལ་  
 བ་ལྟར་སློབ་གསོ་གང་ཡང་མ་ཐོབ་པའི་གོང་། བསམ་པ་  
 མི་བརྟན་དགའ་སྤྱོད་སྒྲུག་མགྱོགས་གྱི་སྦྱོང་པར་སྦྱོང་དོན་ཆེ་



བ་མ་དམིགས་རུ་། ཆབ་སྲིད་ལམ་ལུགས་བཟང་ངན་ཅི་  
 ཡིན་འཆོལ་འདོད་དང་འཆོལ་སྒྱུན་པ། ཆོག་དོན་ཉིགས་  
 དགའི་གཞུང་ལུགས་མང་པོ་སྒྲིག་བྲིད་སྒྲུང་བར་བཞེན་  
 པའི་དཔེ་ཐོག་གོ་བ་ལེན་པར་སྒྲེ་གྲོས་གྱི་འདུག་པ་ཕྱན་  
 ཅིམ་གསལ་བའི་སྒྱུན་གྲོས་གསར་བཛུའི་དཔེ་དེབ་ཁ་  
 འགས་ལག་འབྱེད་བལྟ་སྒྲིག་བྱས་པས་བསམ་པ་ཆེར་  
 འགྱུར་མའི་གྲུ་ཞི་ཆེན་པོར་བསྐྱབས་པ་གཡས་འབྲིལ་  
 རུང་གི་སྒྲ་དབྱངས་ཞེས་སྒྲ་བས་ལྟ་པ་ཅན་བཙུམས་ཏེ་མང་  
 པོར་ངོམ་ནས་པར་དུ་བསྒྱུན་དེས་བྲིན་དུ་དཔེ་སྒྱུན་ཁང་  
 རུའང་བསྒྱུར། དེས་རང་གཞན་ལ་པན་འབྲས་སྒྱ་ཆེ་ལྟར་  
 བཞག དཔེ་བལྟས་བྱས་པ་མང་པོས་ཞེ་བྲིལ་ནམ་འགྱུར་  
 ངན་པ་བསྒྱུན་པ་ལས་མ་བྱུང་ནའང་། དུས་དེར་གསར་  
 བཛུའི་སྒྲོབ་དཔོན་དང་ལམ་ལུགས་བཅས་པར་ཡང་དག་



ཡིན་མིན་དེགས་ཟེའི་སྒྲེ་ཅན་མང་ཞིང་། དངོས་སུ་སྒྲོད་  
 ཚིག་འཛེམས་མེད་དུ་སྒྲོག་པ་དང་། རྒྱུ་རུལ་ཆབ་སྒྲོད་  
 ངན་པའི་ཤུགས་གྱིས་བསྒྲོད་ན་ཆོལ་ལ། སྒྲོད་ཆོ་ཡིད་  
 མཐུན་བྱེད་པའི་སྒྲུབས་ཁེལ་དེ་ལྟ་ནའང་བཟོད་བྱ་ནམས་  
 གལ་ཆེར་དངོས་དེན་བསྒྲོན་མེད་དུ་སྒྲོད་སྒྲུབས་མཛུབ་  
 ཚུགས་སུ་བད་སྒྲོད་ལ་རབ་ཏུ་རང་སྒྲོས་སམ་གཞན་ཡང་  
 རུང་བལྟ་སྒྲོག་བྱེད་པེ་ནམས་གྱི་བསམ་སྒྲོའི་འདུ་ཤེས་  
 རུང་ཟད་ལེགས་པའི་སྒྲོགས་སུ་ཁྱག་སྒྲོད་པ་དང་། མིན་  
 ཡང་དེ་སྒྲོད་སྒྲུབ་པའི་མདུན་སར་སེམས་ཡིད་རངས་མིན་  
 ཡོད་ཀྱང་དངོས་ཁྲོད་སྒྲོད་ཚིག་སྒྲོག་དཀའ་བས་ཚིག་གི་  
 བཟོད་སྒྲུངས་ཚུན་གྱི་ཁ་ལེ་བྱེན་དུ་བསྒྱུར་ན་མང་པོའི་  
 ཤེས་སྒྲུངས་ལེགས་སུ་འགྲོ་ཞིང་རང་ཉིད་སྒྲོད་སར་ལབ་  
 བཟོད་སྒྲོད་ཚིག་ཁེགས་པ་དང་། རང་གི་དོས་ནས་ཀྱང་



ཆེས་ལྷགས་དབང་འཕགས་པ་འཇམ་དབྱངས་དང་  
 མཚུངས་སེཞེས་དམ་བཅས་རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་  
 བཟླ་བ་སྟོང་ཆོག་ཕྱི་མ་བཞིན་པར་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་  
 སྟོང་ར་རྒྱག་ཐབས་མེད་པས། དེ་ནས་བཙུམས་གསར་  
 བཟླའི་སྟོབ་དཔོན་དང་སྟོང་རྩ་ལམ་ལྟར་བཅས་པར་དེ་  
 རྒྱལ་གྲོས་བསྐྱར་ལྟ་ཅི། དེད་ཡོད་སར་ཆོག་མཆོན་ལབ་  
 སྟོང་མངོན་གསལ་མི་བདེ་བ་གསར་བཟླའི་བྱ་བར་སྟོན་  
 འགྲོའི་ལམ་སྟེ་དང་བམ་པ་ལྟ་བུའི་པན་རྒྱ་སྒྲ་མགྲོགས་  
 རྒྱ་རྒྱ་ཞིག་བྱང་སྟམ་མཆིས། ཟླ་ལྔ་ཆེས་༡ རྩུན་གྲང་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་དང་ང་པོད་ལྟན་རྒྱས་པེབས་བསྐྱར་རྒྱ་བམ་  
 པར་ཀ་དང་། མཛོད་པས་བཞེད་སྟོག་བྱས་པའི་གཞུང་ཁ་  
 རང་ལྟར་མཇལ་ཏེན་དང་བཅས་གཟེམས་༢༡ག་སེ་སེར་  
 དེམ་པར་བཅད། ཕྱིར་ནང་ཐང་འགོ་ཁྲི་རྩ་འཛོགས་པར་



[illegible]



མིན་མ་འཤེས་གྱུང་། བོས་ཆེན་དང་གུམ་གདན་སེགས་  
 བྱང་ནོར་སྣ་ཆོགས་གྱིས་སྒྲུམ་དང་ཀེ་ཁོམ་མང་པོ་བརྒྱུང་  
 དགོངས་ཁེ་ཆོང་པ་ཆོ་འཕར་སྒྱུང་འག་ལ་རུབ་ཐོབ་ལྟར་  
 འཆངས་ཀ་ཆེ་བས་ངེད་ཕྱིར་དབྱུང་ལ་མདོན་དུ་ཕྱོགས་པ་  
 ན། རྒྱན་ནི་དགོན་གྱི་ཡར་འབྲམ་འདིས་བྱ་ཆོང་སར་  
 བཞུགས་པའི་རྒྱ་དཔོན་ཞིག་སར་བྱགས་ཅམ་ལྷོག་བཅར་  
 ཉེ་འབྲས་གསེལ་བས། དེ་བཞིན་རྩ་ཅང་ཡག་པོ་རེད་གྱུང་།  
 ད་ལམ་མཁར་འགོས་ཡིད་མཐུན་མེད་ན་སྟབས་མི་བདེ།  
 རྗེས་ལོ་ངས་པར་འགྲོ་རྒྱུ་ཡིང་བའི་འགན་སྒྱུང་ཆོག་འབྲས་  
 གསུངས། ཉི་ལྔ་པོར་ནན་ཞུས་འཕར་གཅིག་བསྐྱོད་འབྲས་  
 ཆབ་མདོར་དན་རྒྱགས་དན་ལན་འབྱོར་ཚུལ་གསུངས་  
 མེད། དབང་ཨ་པ་ཆེའང་ཕྱེ་བྱག་ཨ་མའི་ལག་དཔེ་ཁི་ལ་  
 ལྷེ་འཆང་གིས་མཛོ་མོ་གསུམ་གྱི་འཛིན་ཡུལ་སྒྲོང་དང་།



དཔལ་ལྷི་རྟུང་ཡིག་སོགས་ནས་གྲང་མཁར་འགོའི་  
 གསལ་གྲོང་བརྒྱུད་ཐོན་པའི་ཉམས་གྲིས། ཉིང་ད་ལམ་  
 འཕྲལ་དུ་འཛོགས་ཏེ་ཆབ་མདོ་ཁེ་རྩེ་སར་ཐུག་གི་སྐྱེ་  
 ཆབ་བྱས་ཏེ་འགོ་དགོས་གྲིས་མཆོན་མལ་འཁྱལ་དུ་གཞུང་  
 བྲག་ལས་དོན་སྣ་ཆོགས་གལ་འགངས་ཆེ་བས་སྟོང་  
 དགོས་དང་། སྟང་རིམ་པར་འབྱོན་ཡོང་ཡོང་ཞེས་མགོ་  
 བསྟོར་ཉིན་འགས་སྟོ་སྟོན་དང་བཅས་སྟེ་དགོར་བྱིགས་  
 འཁོར་ཞིང་། ཟླ་༧་ཆོས་༡༡་ཉིན་ཉི་ཤེ་དཔེ་མཆོག་དང་དེ།  
 མེ་འབར་ལྷེ་འཆང་། གོ་བོ་གཉིར་པ། དགོན་ཡུལ་འབྲས་  
 མེ་འགའ་ཞིག་བཅས་རྒྱན་དགོན་ནས་ཐོན་ཆོས་༡་འཆབ་  
 མདོར་སྟོབས་དགོན་སར་ཆོང་དུ་གནས་གཡུར་བགྲིས།  
 ཕྱིར་ཕྱིན་རྩེ་རྩེ་རིན་མཆོག་དང་། སྟང་མདའ་སྟེ་སྐུ་  
 བཀྲ་ནམ་སོགས་སུ་བཅད། བོད་ཆོས་༡༤་ནས་བརྒྱུད་མདོ་



སྒྲུང་བཅུངས་བརྟེལ་མི་དམངས་འབྲུས་ཚོགས་ཐེངས་  
 གཉིས་པའི་ཁེ་རུས་ཉིན་བརྒྱད་ཚོགས་པོར་བཅད། གུ་ཞི་  
 ཚོགས་པའི་གྲལ་ཞུགས་སྐལ་བཟང་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་  
 ཉམས་སུ་ཁྱེད་། བོད་ཞི་བས་བཅུངས་བརྟེལ་འབྲུང་ཐབས་  
 གོས་མཐུན་དོན་ཚན་༡༧ སྟོར་དང་། བཅུངས་བརྟེལ་  
 དམག་དང་ལམ་ལས་རྒྱབ་རྟེགས། མི་གསོད། རྒྱ་ཇག་མི་  
 ཡོང་བའི་བདེ་འཇགས་སྒྲིག་ཡིག་སོགས་ལ་གོས་བསྟར་  
 མེས་མཐུན་གནད་། བཀའ་སློབ་གསུང་བཤམས་མང་དག་  
 གུང་ཐོབ། སྒྲེ་ལེན་གསེལ་སྟོན་སྒྲུ་ཕྱི་གནད་སྟོན་བཅས་  
 དགའ་གུས་ཡི་རངས་ངང་ཆོས་ ༥༠ འཁོར་ཁ་དང་ཕྱིར་  
 ཉིན་གཤོང་ཁོང་སྒྲེབས། ཆམ་རིམས་གྲིས་ཉིན་འགས་  
 མནར་ཁར་ཆོས་༡༤ སྟོར་བྱིམ་གཞིས་སུ་ཆོ་འདྲིའི་དལ་  
 ཉིན་ལུས་སྒྱེད་མ་ཆན་བཀའ་དྲིན་ཅན་དགའ་གངས་བདུན་



ཅུ་དོན་བདུན་དུ་ཕེབས་པ་དེ་ཚི་རིམས་ལྟ་བུས་བྱ་ཚབས་  
 འཁོར་ཏུ་ཆེ་བའི་གནས་རྩིས་བྱང་དོན་འཁོར་ཁར་ཕྱིན་ཏེ་  
 འབྲས་བུ་གསུམ་ཐང་རྒྱན་བསྟེན་དང་གི་མེ། དེན་ཆེན་རིམ་  
 བུ་བཏང་བ། བྱབ་སྤུལ་པད་བདེས་དབང་བསྐྱར། ལྷ་གན་  
 སྤྱིན་རྒྱལ་ནས་གཙོད་ཆོགས། རྒྱལ་བཀའ་གསུང་སྒྲིག་  
 སོགས་ཅི་དྲག་བྱས་བྱང་ཆེ་འཕེན་ཆོགས་པ་ལྟ་བུས་ཆེས་  
 རྟེན་རིངས་ཁར་ག་འཁོགས་འཁོར་བདེ་དཔལ་གྱི་ཉི་མ་  
 ལན་གཙོག་དབྱིངས་སུ་རྒྱབ་པར་བྱུང་ཏོ། ། བཅུ་ཕྱག་ལྷ་  
 བར་ཕན་གཞོད་སྤྱོད་ལམ་བདག་དང་ཆེས་བརྟུན་ཡིད་  
 བཞིན་ལས་ལྟག་ཏེན་བཟང་སྤྱོད། ། ན་དང་འཆི་ལ་བྱོད་  
 ཚབ་ངས་བྱའི་དམ་བཅའ་སྤྱོད་བཅུངས་མ་ཚང་མེད་པའི་  
 གཙེས་པས་བསྐྱངས། ། སྤྱོད་གསུམ་དཔལ་འབྱོར་དེ་ལ་  
 སྐྱངས་བྱང་རྒྱུ་སྤུལ་བཞིན་ཅིང་དེ་ཆེས་ཅེ་གཙོག་བསམ་



གཏན་ཅན། ། ཐོག་མཐའ་བར་དུ་རྟོན་ཆེས་བསྐྱངས་ལྡན་  
 བྱམས་མགོན་མ་གཅིག་སྟོང་དང་བུལ་བའི་དུས་འདི་བྱུང་།  
 ། ལུས་ཀྱི་གཟེ་མདངས་ངག་གི་སྒྲ་སྒྲོབས་ཡིད་ཀྱི་འཁེས་  
 རབ་དགའ་བདེའི་བཅུད། ། ཆོགས་ཀྱི་ཞིང་དང་གྲོས་ཀྱི་  
 གྲོགས་མཆོག་དབང་ལྡེའི་འདོད་ཡོན་དར་བབ་སྒྲོབས། །  
 དཔལ་ཆེན་སྦྱོན་མ་བདེ་སྦྱིད་གཡང་བཅས་ཞིང་མཆོག་  
 དམ་པར་སྒྲོན་སྒྲོས་པས། ། ཉོན་མེངས་བདག་ནི་གསོན་པོ་  
 ཉིད་དུ་སྒྲིག་སང་གུར་ཀྱི་ཅི་ཡང་མེད། ། ཀྱི་མ་སྦྱོ་བ་ཞེས་  
 བཀྱི་སྒྱག་བསྐྱལ་ཏིན། ། ཉེས་མང་ཟག་པའི་ཡུང་པོ་དེ་  
 སྒྲངས་ཕྱིན། ཐབས་འཕུལ་ག་ཤོག་ཅུལ་འབུམ་ཀྱི་རྒྱབས་  
 བསྐྱོད་བྱུང་། ། ཀྱི་རུད་དུས་ཀྱི་མཁའ་ལས་བརྒྱལ་མི་  
 རུས། ། ཀྱི་མ་མཐོ་བར་རབ་བཀུར་ཐབ་རིལ་པོ། ། རུད་  
 འཕྲན་འགལ་ཟླ་སྟོང་གིས་བསྐྱལ་བ་དེ། ། སྐད་ཅིག་



གཡང་སར་བུར་དུ་དག་རྒྱགས་པ། ། གྱེ་རུད་ལྷུང་བའི་  
 མཐའ་འདི་སྒྱེ་རེ་གཡའ། ། གྱེ་མ་སྒྲིག་སྒྲུག་གཏམ་ངན་  
 བྱད་བསང་ནས། ། བསགས་འཁོར་སྒྲིག་ལྷུང་སྒྲུང་བྱས་  
 སྒྲུང་ཕྱིར་མཛོད། ། སྒྲེ་བུར་སྒྲོངས་ཏེ་རྒྱད་དུག་གཅེར་བུར་  
 འབྱམས། ། གྱེ་རུད་རྒྱད་ཅིང་འཛོད་པའི་སྒྱེན་འདིར་སེམས།  
 ། གྱེ་མ་འདུས་འཁོར་འཛོགས་པའི་མགོན་ཁང་དུ། ། ཡུད་  
 ཅོམ་རིང་ལ་དགྲ་གཉིན་ཨ་འཐས་ཅན། ། སེ་སེར་གྱེས་  
 འཕྲུལ་གར་སང་མེ་མཐོང་བ། ། གྱེ་རུད་འབྲུལ་བའི་མཐའ་  
 ཉི་འཛིགས་སྒྱུ་རུང་། ། ལཁོར་བའི་བཙོན་རར་གནས་ཕྱིན་  
 མཐའ་བཞི་ཡིས། ། ལཁོར་མོར་བསྐྱོར་བའི་ག་ཤིས་ལས་  
 མ་འདས་བཞིན། ། ལཁོར་བར་སྒྲེ་སྒྲུགས་འབྱེན་འདི་ཁོ་  
 བའི་མགོ། ལཁོར་ལོ་བཞིན་དུ་ལཁོར་བས་མ་ཡིན་ནམ། །  
 དག་ཞིང་ཐར་པའི་སྒྲིང་གི་དཔལ་ཕྱིང་ཞིང་། ། དག་ཞིང་



ཐར་པའི་བདེ་ལ་རེལ་བ་ཡི། ། དག་ཞིང་ཐར་གནས་དག་  
 བའི་བ་ཤེས་ནམས་གྱིས། ། དག་ཞིང་ཐར་པར་ཁེ་བའི་  
 སྒྱེད་མ་བསྐྱུས། ། བྱམས་ལྡན་ཏེན་འདི་སྒྱེད་མས་ངེས་  
 མཆོན་ཐུག་མེད་དེ་མཚུངས་ལུས་ཅན་ཆོགས། ། དལ་  
 བྱས་མ་ཡིན་མཐའ་བཞི་ལས་གྲོལ་གཙང་བདེ་ཏྲག་བདག་  
 ཆེན་པོ་པ། ། མི་མཉམ་རིན་ཆེན་མཆོག་གི་དབྱིག་དེའི་  
 དགའ་སྟོན་མགོན་ལ་ཡོངས་འབོད་པ། ། གཅིས་རྒྱས་  
 བསྐྱེདས་ལན་ལྷན་སྐྱམ་ཆོགས་སྟོབ་ཡིན་གྱི་བདག་པོར་  
 བདག་འགྱུར་འོག ། ལྷ་མ་སྟེལ་རྒྱལ་ནས་འཕོ་འདེབས་  
 དང་། ཉིན་བདུན་རིང་ཐེག་ཆེན་གསེ་སྦྱང་འབྲེལ་གསུམ་  
 བདུན་ལ་སྦྱང་མཆོད་བྱང་བསྐྱེདས་ཞུས། མཁར་འགོ་  
 ཡར་འབྱེར་འབོད་ཡིག་རིམ་བྱང་བཞིན་ལྷ་ཆོས་  
 ༡༥དབྱེན་འདུམ་སྟེབས་འཁོར་ཆོས་༡༦འདག་མདར་གོང་



སའི་ཆེབས་བསྐྱར་བཅུར། ཡིག་ཚང་དུ་རྟག་འབྲེམ་ལས་  
དོན་བཅོུན་ཁུལ་དང་། ལཱ་མཆོད་མཛོད་སྒྲིའི་སྐབས་མགོན་  
ཆེ་བསྐྱར་མིན་གྱིས་དེ་ཚབ་མགོན་བསྐྱར་དགོས་རིགས།  
ལོ་མཇུག་དུས་རིམ་དགུ་གཏོར་འཆམས་སྐྱར་ལྟ་མོར་  
ཡོངས་པ་ནམས་སོ། །

སྤྱི་ལོ་ ༡༩༥༣ ལུ་མོན་ཚུ་འབྲུག་གསར་ཆོས་  
མཛོད་རྟོན་སོགས་སྐྱར་བཞིན་ལས། ལུས་སྤྱིད་  
ག་ཤེགས་པའི་སེམས་ནད་གྱིས་རྟག་གཟེར་ཡིད་འབྱུང་  
གང་ཆོས་རེ་ཞིག་རིང་ཉིན་ཐོའང་མ་འཁོད་གཙོ་བོར་ཁ་  
འདོན་དག་སྤྱིར་ལ་འབད། ས་ག་ལྷ་བའི་ཆོས་འགོར་  
དབྱར་སེང་གཏོང་ཁོང་དུ་ཐོན། དུས་བཟང་ནམས་སུ་ཐེག་  
ཆོན་གསེ་སྤྱིང་སྤངས་པ་སོགས་དག་སྐྱབ་ཕྱན་བྱུར་འབྲེལ་  
འབྲེག་ས་ཁེ་སྤྱོདས་སྤང་རིར་འབྲམས་བསྤྱིད་དང་། ར་



སྒྲོང་མདའ་བ་སེགས་སུ་གྲོང་ཆོག་ཕྱན་ཆོགས་ལའང་  
 ཕྱིན། ཆབ་མདོར་རྒྱངས་ལཁོར་ཐོག་མར་འབྱོར་ཉི་དང་  
 སྒྲུབས་དེར་མཛོད་པ་སེགས་འགྲོ་ཕྱིས་ཡོད་ཐོས་ཟླ་ལོ་ཆོས་  
 ལ་ཉིན་གདོང་ཀོང་ནས་ཐོན་ཕྱིར་ནང་ཆབ་མདོར་སྒྲུབས།  
 ཆོས་༡༡ཉིན་ཐོག་མའི་སྒྱུ་ཁྱིེ་དང་། ཟླ་མཇུག་མཁར་འགོ་  
 སེགས་འབྱོར་ཞིང་། ཟླ་༡༠ཆོས་༡༩ར་སྒྱུ་ཐུང་ཐང་དུ་  
 ལཁོར་བཅས་སྒྲར་གྱུར་གྱིས་བསྐྱད་པར་ཆོས་༡རྒྱངས་  
 ལཁོར་སུམ་བརྒྱ་སྒྲོར་འབྱོར་བའི་སྒྲོན་མེད་ངོ་མཚར་ཆོ་  
 འཕྱུལ་དངོས་སུ་མཐོང་ཞིང་། གཙོ་འཛིན་ནམ་པའི་གསུང་  
 བ་འད་ཀྱང་ཐོས་སོ། མགོ་དང་རྒྱང་པར་རྩ་ཅི་མེད་ཀྱང་  
 རྒྱགས་པ་ངལ་མེད་ཅི་ལས་མགྲོགས། རྒྱ་སྒྲུམ་དག་ལས་  
 གཟན་རྩ་མི་བལྟད་གྲུལ་བའི་དུར་སྒྲ་ཆེན་པོ་པ། འདོད་  
 རྒྱའི་རྒྱབ་དོས་གངས་མེད་དངོས་འདྲན་སྒྲོན་མེད་ལྷགས་



གྱི་ཁལ་གཡག་སྟོང་། བོད་ལྗོངས་གསར་བཟུང་འཛུགས་  
སྒྱུ་སྒྲུ་དུ་མའི་གྲུ་ཞིས་གྱིས་གསེལ་རས་སྐྱལ། དེ་ནས་  
མཛོད་པ་དང་ལྷན་ཅིག་དབྱེན་འདུམ་སྟེབས།

སྐྱེ་ལོ་༡༩༥༥ ཡུ་མེན་པ་བོད་ཆུ་སྐྱལ་ཁྱེ་བ་གཉིས་  
པའི་ནང་གོང་ཁྲི་གྲ་སར་ཆོས་ཞུགས་དབུས་ཕེབས་གཙོ་  
ཞབས་སུ་གཏོང་དན་སྒྲར་བཞེད་ལྟར་ཡང་། མནའ་ཆོག་  
དེ་བྱེལ་དང་བཅས་པ་ཆབས་ཅིག་འཕྲོང་ཕྱིས་གྱི་དོ་ལྟར་  
ཡིང་དོར་བརྟལ་ཞུགས་ལྟར་སྒྲངས་གྱི་བྱེད་གཏེ་མགོན་ཆེ་  
ར་ལྟེ་སོགས་དང་བགྱེ་བྱེད་བྱས་པར་ཡང་བདེན་ལྟར་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཏུ་བསྐྱོལ་བའི་བརྟུས་བཅོས་པམ་ཁ་མི་བཟང་པ་  
སྟོང་མུར། ལམ་ལས་རྒྱབ་རོགས་སྒྲ་དཔོན་སྟེ་དམངས་  
བཅས་པར་མི་ཁལ་བགོས་འབྲེམས་བསྐྱལ་སྟོང་གྱིས་  
གྲང་བྱེལ་སྒྲ་ཡན་གོང་ཁྲི་མཚན་ཉིད་གྲ་ཚང་ཆོས་རར་



དམ་བཅའ་བཞུགས་པར། (ལུགས་སྒྲིང་བཀུར་ཆོག་སེར་  
 བཞག) ཉིན་འབྱུང་རྟགས་གསལ་ཡང་བཏང་། འདས་མའི་  
 དགེ་ཙུང་དམིགས་ཆོས་ ༡༩་ ༡༥༥ ས་ག་ཟླ་བའི་ཆོས་  
 ༤་ ༥ བཅུ་བཞི་བཅེ་ལྷ་ནམས་སུ་སྦྱང་གནས་ཆ་རེ་བསྟན།  
 དེམ་གྱིས་གོང་ཁྲི་ཟླ་ལྷན་འཁོས་རབ་དང་། མཛོད་ཚབ་  
 མགོན་ཆེ་བསྟན་པ་མཁྱེན་རབ་འཁོར་བཅས་སྦྱང་ཁྱེད་  
 བརྒྱལ་བའི་རྟ་ཁལ་ལམ་སེན་དང་། མངའ་འབངས་  
 བ་ལུས་བཅོར་ད་སྒྲོར་དཔུལ་དཀར་འབུམ་ཐེར་ལྷག་པའི་  
 དངོས་འབྱེད་བཅས་ལྷ་སར་ཐེགས་བསྟེན་དང་། མཛོད་པ་  
 ཟླ་ཚུ་པར་ཀ་ཕྱོགས་ལམ་ལས་རྒྱབ་རོགས་ལ་ཁྱེན་སེང་  
 ཞིང་། དེད་དབྱར་སེང་རྩ་བརྒྱད་གདོང་གོང་སྟེབས།  
 ཟླ་ཆོས་འཁར་ཞང་རྟ་བསྟན་འཛོན་ནད་ཚབས་ཆེ་བར་  
 ཆེད་འབོད་དེམ་གྱོ་བྱས་བྱང་མ་པན་ཆོ་ལས་འདས་པར་



རྟོང་མཆོད་དང་། འཁོར་ཁ་བྱིམ་གཞིས་སུ་བྱིན་ཏེ་ཆོས་  
 ༡༩་༡༥་ལྟར་གནས་དང་སྒྲགས་ནམ་རྒྱལ་རྟོང་མཆོད་  
 བཏོན། འབྲེག་པ་ལྷག་ཆོད་དང་ཁེ་ལྗོངས་གཞུང་དུ་འདྲ་  
 འབྱམས། བདུན་པའི་ནང་ཡར་མར་ཆོས་བཟང་སེ་སེར་  
 ལྟར་གནས་ཆ་རེ་དང་། བརྒྱད་པའི་ཉེར་ཅིག་ལ་འདས་  
 མའི་དགེ་ཙུང་ལྷ་ཁྲོད་དུ་མི་སྦྱིར་སྒྲུང་གནས་ཚུགས། རེ་ན་  
 དང་། གཡམས། འཕགས་ཡུལ། རབ་སྟོང་། མདའ་བ་  
 སེགས་སུ་གཡང་སྒྱབ་དང་ལྷ་བསངས། ཆོ་དབང་བཅས་  
 གྱེ་གྲོང་ཆོག མང་ཆེ་བག་མེད་སེས་དལ་ངང་ལྷ་༡༠ཆོས་  
 ༡༡གཏོང་ཏོང་ནས་ཐིག་འོག་བསྐྱད། བྱིར་ནང་ཡར་  
 འབྲེའི་རྒྱངས་འཁོར་ཞིག་ཏུ་འཇུག་ཏུ་ཆོད་པ་བཅས་ཆབ་  
 མདོར་སྒྲེབས། གསར་བཞེའི་སྤྱི་ཇུས་ལ་ངོས་འཛིན་ཡིད་  
 ཆོས་ཡང་དག་ཡོང་རེ་ག་ལ་མཆིས་རུང་། མེས་འདུན་



ཕྱིན་ཅི་ལོག་མཁན་གྲས་རང་ཡང་མིན་སྐབས་འཕྲལ་  
 བཟང་ཕྱག་བརྟན་ཡོང་བྱད་དང་། དཔྱིན་འདུམ་དུ་ཆེ་  
 སྟེམས་ཁང་བྱིམ་ཡང་སྐྱག་བཟང་བཅོན་ལྟར་སྐྱར་བ་ལས།  
 གོང་ཆེན་དུ་འབྱམས་བསྐྱོད་གུ་ཡངས། ། ཐ་ན་ལྟང་མོ་  
 ཚུན་གྱི་འཆོ་བ་བཟང་པོར་དམིགས་རྟུའི་ཉི་ར་དང་། སྤང་  
 མདའ་གཉིས་སར་ཆེད་བཅར་གྱིས་ཇོང་གི་ཨུ་ཡོན་ཁོངས་  
 ཡོད་མུར་ཡང་། (མགོན་ཆེས་སྡུ་བྱ་རིན་ཡང་རེད་ཟེར་གྱི་  
 ཡོད། )ཆབ་སྐྱོད་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་པོགས་ཟན་ཞིག་  
 ཁོངས་བསམ་འཆར་འདོད་ཞུས་ལ་རྟུའི་ཉི་རང་མཆོག་ནི་  
 འཁོར་ཏུ་མཉེས་པའི་ཞལ་བཞེས་དང་། སྤང་མདའ་ཡང་ཕྱི་  
 སྟོམ་དེ་དང་འདྲ་ནའང་སྐབས་མཆོམས་པེབས་སྒོར་ནང་  
 དོན་བཀའ་སློབ་ཏུ། སྤུ་མུར་རང་ཡུལ་གཞུང་བླག་ཞབས་  
 ཞུས་ཅི་སྐབ་མཆོས་བཞེན་དེར་བཞུགས་གདན་འཇགས་



ན་བརྟན་བརྩིང་། དེས་མེད་སྒྲན་ཁང་བསྟེན་དགོས་སོགས་  
 གྱིས་ཆབ་ཐང་བཞུགས་འདོད་ཡོད་ན་ཁོང་ནས་རྒྱལ་  
 རབས་འཁོག་བསྒྲིགས་ཅུས་སྟོབ་སྟོན་རོགས་རམ་དང་།  
 བུ་ཕུག་ནམས་གྱི་ཡི་གེའི་སྟོབ་དཔེན་ནམ་པས་བཞུགས་  
 ན་བསྟེན་བཀུར་བཅུད་ལུགས་མདངས་འཁར་དེད་ཆབ་  
 སྟོན་དོན་གཉེར་གཙོ་བ་ལས་ལྟོ་གོས་རྒྱང་པ་མིན་སྟབས་  
 དེ་དག་གིས་འདོད་པ་ཆོམ་མིན་ཕྱི་འགྲངས་ལྟར། ཆོས་  
 ༡༥ མགོན་བདེ་བྱུང་དོན་སིས་ཐོག་ཐང་དུ་སྦྲད་ཕེབས་  
 ཆོས་ཆོགས་ལྟན་རྒྱས་ཕྱིར་འཁོར་དང་མཉམ་པོར་  
 བཞུགས་ཆོགས་སྟོན་མོར་བཅར། རང་དེའི་གོང་དེ་ཁྱི་  
 རྒྱལ། རྟོང་མ་བདུད་འཛམས། ས་སྐྱའི་མགོན་གཉེར་  
 སོགས་ནས་མེས་རྒྱལ་ནང་སའི་གནས་ཚུལ་སྟེ་དང་། བྱེ་  
 བྲག་ཆོས་དད་རང་མོས་གྱི་སྟོན་ཏུས་རྒྱས་བའུ་ཤད་ཐོས་



འཁོར་། དགོངས་མེར་ཕྱང་ཞིའི་ལྷ་ད་མེ་ངོ་མཚར་ཅན་  
 མཐོང་། ཟླ་༡༠ཆེས་༡༩མཁར་འགོ་འཁོར་བཅས་མེ་  
 དམངས་འབྱས་ཆོགས་ཐངས་གསུམ་པའི་ཆོགས་འདུར་  
 སྒྲེབས་འབྱོར་འདི་ནས་སྤེད་གཞུང་ལས་ཐུང་ཁོངས་ཞུས་  
 རང་སྤྱིའི་ཞབས་ཞུར་འཐེན་ཆའི་ཉམས་ཐོས་ཅུང་ཟད་  
 ཐུགས་ཡིད་རངས་མིན་ཉམས་གྱིས། དེད་གདོང་ཁོང་དུ་  
 དབྱར་སེང་འགོ་བ་ནི་ཁམས་བསྐྱུན་སྤར་ནས་ལམ་ཆགས་  
 འཆར་ཅན་དང་། ད་ལྟོ་ཆབ་མདོར་སྤོན་ལ་ཕྱིན་རུང་རུང་  
 ཆའི་འགན་དབང་འཛིན་བཞིན་ཟུར་འབྱུང་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་གང་ཡང་མེད་པར་རང་ཁོངས་ལས་ཐུང་རུང་  
 གཉེར་ལས་གྲུང་ཡོད་པའི་ལྷ་སྤངས་གྱིས་ཟུར་ཞུགས་  
 ཉགས་འཁོག་སྤྱད་པར་ཆོགས་འདུར་ཕྱིན། སྤོང་གྲལ་  
 གཡས་གཡོན་མདུན་རྒྱབ་ནས་རྒྱབ་རོགས་དཔའ་དར་



ལེན་མཁན་མང་བར་ངེ་ཆ་ཁ་སྐྱེངས་དང་། ཞི་ལྷས་ཆབ་  
 སྒྲེའི་གཟེངས་རྟགས་སྒྲངས་པ་ནི་འོས་སུ་སྟམ། བྲག་  
 ཁོངས་མཛོད་པ་ཁོང་ཉིད་ཆ་བ་སྒྲང་ཕྱོགས་སུ་འགོ་ཕུད་  
 ལ་བྱོན་པར་བཞུགས་སྐྱེག་བཟང་ལ་གྱུ་ཉེས་མི་སྐྱིས་བྱས་  
 པའི་དཀའ་ངལ་ཕྱན་བྱུ་མ་གཏོགས། རྟ་ཁལ་མི་གསུམ་སྒྲ་  
 བྱང་དཔོན་འབངས་ཡོངས་ནས་འབྱུར་ལེན་མ་ཟད། མི་  
 ཁལ་བགོ་འགྲེམས་ཁོངས་དཔོན་ཁག་ནས་ཨང་དང་  
 འགྲམ་ཐོག་དང་། དེའི་ངོ་ཡ་སྒྲ་ཁག་གི་ཨང་དང་གདོང་  
 གོང་ནས་འབྱུར་བའི་བཙུ་ཆ་ཅམ་ཡང་མཁར་སྒྲ་སྒྲེར་ནས་  
 འབྱུར་སྐྱབ་མ་བྱས་ཁར་སྤྱིད་གཞུང་གིས་བདེལ་སྒྲ་སྐུལ་  
 དེགས་ཁག་གཅིག་རང་དང་རང་ལྟོས། སྒྲེ་མེ་བར་བར་  
 རོས་བྱར་བཙུག་སོགས་མི་འཆོམས་མང་དག་མཆིས་  
 བཞིན་གཟེངས་བསྟོད་རྟགས་མ་བྲག་གཡབ་གཞུང་མིང་



མ་ཁུར་སེ་སེའི་སྒྲེར་མིང་ཐོག་བླངས་པ་སེགས་སྒྲེ་སེམས་  
 མི་བདེ་བ་མང་ཡང་སྒྲུབས་དེར་སྒྲུན་བཟོད་ག་ལ་སྒྲེབས།  
 ཆོགས་འདྲེ་གསུང་བ་ཉད་དང་སྒྲོབ་སྒྲོང་གོ་བསྐྱར་གང་  
 ལ་བྱས་གསལ་པོར་མི་དྲན་ཡང་ལམ་ལས་སྒྲེལ་འདྲན་  
 རྒྱབ་རོགས་ནོར་སྒྲིང་ངེས་ཅིས་སྒྲན་ཞུ། བདེ་འཇགས་སྒྲོར་  
 སེགས་ཡིན་པ་ཡོད། སྒྲར་སྒྲེ་དགེར་བཀའ་ལྟར་ཞུ་སྒྲོང་  
 རྒྱགས་སངས་མཁན་བླ་ཀུན་བཟང་མཆོག་ཆོགས་འདྲར་  
 བྱོན་འདུག་པ་ལས་བར་གསེང་ནམ་བུ་དུ་ཀུན་མཁྱེན་  
 སྒྲོང་ཆེན་པོའི་གནས་ལྷགས་མཛོད་དང་སེམས་ཉིད་ངལ་  
 གསོ། ཆོས་ཉིད་དང་མཉམ་ཉིད་རང་གོལ་གྱི་བྲིད་ལྟར།  
 ལམ་རིམ་དོན་བྲིད། ཀུན་བྱེད་རྒྱལ་པོའི་བྲིད་རིན་ཆེན་གྱི་  
 བོ། འདས་ཁྲིས་དུག་གི་ལྟར་ནམས་ཞུས་མཛོད་པར་  
 དགོངས་ཞུས། མཉམ་པོར་བྲག་གཡབ་ཏུ་བྱིར་སྒྲོག་



བ་ཤེལ་ཏེ་སྤང་མདའི་བཀའ་ལྟར་རྒྱལ་རབས་ཕྱི་མ་སྒྲིག་  
 ལ་བཅར་བར། ཕྱི་མ་གཞི་དཔའ་འཁོད་རག་ར་སྤྱལ་སྤྱི་  
 གོང་མས་བཙུམས་པའི་ཆེས་འབྱུང་ངམ་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་  
 དཔེ་ཆ་བྲིས་མ་ཆེས་མ་དག་པ་ཞིག་བྲག་གཡབ་འབར་  
 མད། གྲ་ཀུན་མཁྱེན་ཙུང་ནས་བྱུང་བ་དེའི་དོན་གཙང་རྟོག་  
 རྟོག་བརྟུང་དགོས་ཞེས། དང་ཕྱོག་ཁོང་ནས་གཟེགས་ཞིབ་  
 མ་ཁོམ་ཆོག་དོན་ཁྲོལ་མེན་བྱུང་རིགས་དགོས་མེད་ལོ་  
 མར་མཐོང་སྟེ་གསེད་ཕྱིས་ཕྱན་ནས་རེ་ཞིག་དེ་དག་ལ་དྲི་  
 བཟང་རྒྱས་བྱུག་དོན་འགྲེལ་ཞིབ་ཏུ་གསེལ་རིམ་དང་།  
 ཁོང་གིས་ཀྱང་མུ་མཐུད་སྒྲིག་རིམ་བཞིན་དགོས་དོན་ལྟན་  
 པའི་ཆོག་རིས་ཇེ་མང་དུ་བྱེན་མཐར་ལུང་འདྲན་སེགས་  
 ཕྱན་བུ་ཙམ་ལས་ལེབ་བ་ལུས་མ་ཟད། ད་དུང་གཞན་ནས་  
 ཁ་སྐོང་བུ་འོས་ཀྱང་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ཉམས་མཚར་བྱུང་སོང་



བ་སེ་སེས་མ་འཤེས་པའི་ཆོག་དོན་ནམས་དགོས་མེད་  
 ཆོག་གི་ལེ་མ་དང་། རང་གིས་ཕྱན་བྱུ་འཤེས་ཏེ་གས་བྱུང་  
 རིགས་སྒྲིབ་དེབ་དེའི་རྟོག་རྟོག་དོན་སྒྲིང་ཡིན་སྟམ་བཞིན་  
 བ་འདི་འང་བག་ཡིད་དགོས་རིགས་སྟུ་སྟམ་མོ། ། རང་  
 དང་གཞན་གྱི་དོན་ཆེན་གང་ཡང་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ནུས་  
 ཡིད་བཞིན་ནོར། ། ཏ་ཅང་མི་ཁོམ་སྒྲིན་གྱིས་མ་སྤྲགས་  
 མཐུན་རྒྱུན་ཡོངས་འབྱུང་ཏེན་མཆོག་དེ། ། མི་དམངས་འགྲོ་  
 བའི་ཁི་ཡན་མཆོན་བྱུང་བཟང་བའི་སྒྲིང་པར་མ་བཞེད་  
 བར། ། དོན་མེད་དོན་ལེག་མངའ་བདག་ཁོལ་པོར་མི་ཆེའི་  
 སྟམ་གཉིས་སོང་བ་འབྱུང། ། ལུས་གྱི་སྒྲིབས་དང་སྒྲིབ་  
 སྒྲིང་འབད་བཅུན་ངག་གི་འཆད་ཅུམ་སྒྲེ་གྲོས་ཅུལ། ། ལྷར་  
 བཅས་ཉེར་འཆོའི་གནས་སྟུ་འོས་པ་དཔག་བསམ་ལྟོན་  
 པའི་དཔལ་ཡིན་དེ། ། གཞན་ལ་པན་པའི་ཆར་ཡང་མ་ཉེ་



རང་དོན་འགའ་ཡང་མ་གྲུབ་པར། ། རྒྱག་སྒྲིག་སྒྲིན་ཐང་བ་  
 མའི་འོག་ཏུ་ན་ཆོད་ཐམས་ཅད་སང་བར་གྱུར། ། འོག་འཆོ་  
 རུས་པའི་པམ་པབ་ཅམ་གྱི་ཟང་ཟེང་བརྟན་པར་སྤྱོད་ལྡན་  
 པས། ། བུ་བུ་གཞིག་འདུ་སྒྲིལ་ལས་གཅེས་སྤྱང་ལྟོ་  
 སྤྱོད་དབུལ་པོར་ལྷག་པར་བྱུག ། མཆོང་བར་བསྐྱུལ་ཆོ་  
 ཉན་ཁའི་དྲོར་ཡང་ཆོམ་ཆོམ་མེད་པར་སེས་འདེབས་པ། །  
 མངའ་བདག་ཆེན་པོའི་རྒྱགས་ཁྱའི་ལས་འདི་མི་ཡི་སྤྱོད་  
 པར་བགྱང་མི་རུང་། ། བཙན་པོའི་བུ་གས་གྱིས་ཉག་ཏུ་  
 མནན་པའི་རང་རྒྱག་མི་དྲན་གཞན་དག་སྤྱེབས། ། བྱ་ཡིས་  
 ཕྱེུ་དང་དེ་ཡིས་འབྲུ་བཞིན་ཐུབ་ཕྱིན་གསོད་ལ་ཡ་མི་  
 ང་། ། ལྷ་བཙན་མལ་བུལ་དྲི་མ་བསྐྱུར་སྒྲིལ་མཐུར་ཐག་  
 གྲ་མོ་གཞན་ལག་གི ། ཉ་པོང་དེ་དག་མཐོ་འམ་དམའ་  
 རུང་བྲེལ་པོངས་འབའ་ཞིག་སྐལ་བ་ཉིད། ། དཔེན་པའི་



རགས་སུ་མང་ཐོས་ཇི་བཞིན་ཆོག་པའོ་མཆོག་མི་  
 སྟོང་པར། ། འཛིན་པར་མ་རྒྱས་བཏང་བ་ཡང་མིན་འགྲན་  
 ཟུམ་ཆོགས་སུ་འགྲེ་ལྟོག་ཅན། ། ག་ཤོག་པ་ཆག་པའི་  
 མཁའ་ལྗོངས་དག་དང་མགོ་རྩ་བོག་པའི་བྱ་མཆོག་བཞིན། །  
 གོ་མིང་པོར་བའི་ཟུར་པ་རྒྱབ་མེད་བརྒྱས་འཆོའི་མདའ་ཡི་  
 འབེན་གཅིག་ཡིན། ། ཡིད་འོང་ལྷག་བསམ་གོ་སར་རབ་  
 རྟོན་ཡོན་ཏན་དྲི་བསྐྱང་མངར་པོ་ཅན། ། མཆོག་གི་སྤྲེལ་  
 འཛིན་དཔྱེད་ལྡན་གཞིན་ནུའི་ཐོད་དུ་བཅེངས་འོས་མཁྲི་ཀམ་  
 ། ལས་ངན་འཐོར་རྒྱུ་དྲག་པོའི་འཁྱགས་གྱིས་ཕྱག་དར་  
 བྱོད་དུ་བདལ་བའི་ཆོ། ། མི་སྤྱུག་ངན་སྟོང་ཉལ་ཉལ་འགྲན་  
 ཞུགས་རྟེན་པས་བསྐྱུན་པའི་གོ་སྐབས་ཐོབ། ། འདུལ་སྟོང་  
 མཁའ་པོས་ཏྲ་མཆོག་འགྲོས་མའི་དཔྱུས་བང་འགྲན་པའི་  
 འདབ་རེལ་ན། ཏྲ་ལས་བབས་ཏེ་བོད་བྱ་ཞོན་ནས་རྒྱགས་



ཕྱི་ལ་སྒྲོད་འདི་ཆེས་མཚར་ཡང་། ། དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོའི་  
 ལན་བྱའི་ཡུར་བར་ལྟ་ཡི་ཆུ་བོ་གདྲའི་སྒྲུང་། ། གྲེན་དུ་  
 འབྲེལ་བའི་ངང་ཚུལ་འདི་དག་སྒྲིག་པ་དུག་ཅན་སྐལ་  
 བས་ཡིན། ། གཞུང་ཞབས་ཞུས་རྗེས་ལོ་རེ་བཞིན་གྱི་ཆད་  
 བྱུན་ཡོར་ཆེའི་དྲག་འདེད་དང་། ། སྐུལ་པར་བསྐྱོམས་དེས་  
 སྒྲོན་གནས་མི་དྲན་བསམ་མེད་བྱིས་པའི་གཅེས་ལང་  
 དང་། ། སྐྱབས་འོས་རྗེ་བའི་འཕྲིན་ལས་བྱེད་པོས་བྲེལ་  
 འདས་སྐྱོད་པའི་བྱེད་ཕྱོགས་བཅས། ། ཏ་ཅང་མཚར་བའི་  
 ཐལ་མོ་གསུམ་གྱིས་ཁོ་བོས་མགོ་ལ་རེས་མོས་བསྐྱུན། །  
 སྒྲོན་ཆད་མ་ཚོར་འཁོར་གྱི་པོ་ཏ་བསུམ་བསྐྱུད་སྐྱུ་རེངས་  
 ཁ་ལོ་པས། ། སྐམ་གྱི་བཀུར་བསྟེ་བཅོན་གཞོན་འཆིང་མུན་  
 བསྟེལ་རེས་སྒྲིངས་ཡིག་བསྐྱགས་པ་ན། ། དྲག་གི་ཁུང་  
 བུར་རྒྱུ་འཁོར་གྱི་མིང་གཞན་གྱིས་བྱེད་དོགས་འབྱུང་པོའི་



བྱ། ། གང་མེས་བསྟེན་ལྡན་ཕྱི་དང་ནང་ན་རྟུན་རྟུག་ངན་  
 གཡེའི་སྒྱ་དབྱངས་ལེན། ། བྲག་ལྗོངས་སྒྲིང་ཕྲན་རྩ་ཡབ་  
 གཉིས་པར་སྟོན་པོའི་རྒྱལ་པོ་མགོན་བཅུ་པས། ། འོས་པའི་  
 ཁི་པན་སྤྱི་ཏ་འཕྲེག་ཕྱི་མ་མགོན་ལ་གྲོགས་གོས་བཀྱར་  
 བསྟེའི་ཐོལ། ། ཐོག་མཐའ་བར་གྱི་སྒྱ་འཕྱལ་གཟུགས་  
 མཚང་ཏ་རྟུ་མརྒྱས་བཏོལ་བའི་མཐར། ། ཆེས་རྟིང་སྒྲ་  
 མཁེགས་སྒྲད་པའི་རོགས་སྒྲུ་རྩ་མ་རྩ་ཡི་མདའ་རྟགས་  
 ཐོབ། ། འཕེན་ཏུ་རབ་དཀར་མདངས་འཛིན་མེན་ཡང་ལྷན་  
 པའི་ཆོན་གྱིས་མ་བྱུག་ལ། ། ཟུང་ཟད་གཞན་འཆོའི་གཡའ་  
 ཡིས་བསྒྲད་ཀྱང་ཁ་ཡི་བརྟལ་ཞུགས་རིང་དུ་དོར། ། སྒོ་  
 གོས་ཕྱི་ལ་གྱིས་ཕྱོགས་མེད་རྒྱ་ལ་བསྟེངས་པ་བྲལ་བའི་  
 རང་སྟོབས་ཅན། ། དེ་ཁྲིལ་བག་ལྡན་ཕྱག་རོན་དེ་དང་བྱ་  
 རོག་ལྡན་ཅིག་ངེ་ལྟར་སྟོང། ། ཀྱན་ནས་ཡོངས་གསལ་ཉི་



གཞིན་འཆར་གས་འགར་གྱི་རི་ཕྱིར་འཛོགས་པ་ན། ། གུན་  
 རྩོངས་བག་མེད་བྱིས་པ་ཡིས་བྱང་སྒྲུང་བའི་དཔལ་ལ་  
 བད་ཡིས་བརྟུང། ། གུན་དགའི་བསྟོད་དབྱངས་ཆར་བེམ་  
 གཡེ་བ་རིམ་བྱིས་སེ་ནམ་ཞིང་པའི་དམྱིད། ། གུན་འབྲུལ་  
 སྤྱ་མཁེགས་བྱུང་པའི་གཞི་ཡིས་རེ་ཞིག་ནེམ་པ་འཛོན་མ་  
 ཡིན། ། འཛོག་དང་འཁོན་འབྲས་ཉིན་བཞིན་ཇི་འཕེལ་  
 གཅིས་སྟོང་རང་ལས་གཞན་དཔེན་པ། ། སྟོན་གྱི་ཡུང་པའི་  
 ཆེས་ཉིད་ཉིད་དམ་གཅིག་ན་རྟོང་ཞིང་རྟོད་པས་ཏེ། །  
 ལྷགས་སྒོལ་ལྟ་བ་གནས་ཡུལ་ཟས་གོས་གྲོགས་དང་བྱ་  
 བ་སྟོད་ལམ་བཅས། ། གསར་པ་ཞིས་བྱའི་སྟོང་སྒྲུག་མ་  
 འདི་སྤྱ་དང་འགྲོགས་བྱང་མི་མཐུན་མེད། ། རྩོན་པས་  
 ཡོངས་བསྐྱོར་གྱི་ཉུ་སྤྱ་ར་ཡོངས་སྤྱ་གཏིབས་པའི་ནགས་  
 རྩོང་དང་། ། མཆོ་འབྲུགས་དག་ལ་ཞིན་པ་ལྷོག་པ་མཁྱེ་



གུ་ཁྱ་རྟོད་ལྡན་གནས། ། གཞེན་ཏུ་རབ་ཚུད་འདབ་མའི་  
 འཁོར་ཏུ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་གོ་སྐབས་བཞིན། ། རྟོང་ཞིང་  
 རྟོང་པའི་སྒྲོན་གྱི་གནས་ལས་གསར་པའི་དཔལ་ལ་སྒྲོ་  
 རབ་ཕྱེགས། ། གུ་ཡངས་བག་ཐེབས་སེས་དལ་བདེ་སྦྱོར་  
 ཆགས་སྒྲུང་ཚུང་བ་གང་ན་ཞེས། ། སྒྲོམ་པས་གཞིར་བ་རྒྱ་  
 རྒྱན་ལ་བཞིན་ཏུ་རེ་བའི་ལག་བརྒྱངས་བྱུང་། ། དགུན་  
 ཏུང་ཅན་གྱི་ཉི་མའི་རྒྱབས་ལ་བརྟུན་གྱིན་གཏུང་བས་སྦྲར་  
 གཙུམ་པ། ། ད་ནི་ཡིད་འོང་པ་རྒྱའི་རྡོང་མཐོང་གཙང་མའི་  
 བརྟུང་བ་གཞིབ་ལ་ཆས། ། གཞན་བརྗོད་ཁོ་ནའི་ལྷགས་  
 རྟོང་ལོ་རྒྱས་སེམས་ཅམ་རི་མོ་མཚར་པེ་དེ། ། ལཁོར་ལོ་  
 སྒྲོག་འཁོར་ཆ་ལ་མི་ལྟོས་འཁོར་ཏུ་འགྱུར་པའི་སྦྱང་ཅམ་  
 སྒྲམ། ། མེ་མའི་རུལ་ནད་མངོན་རྟོག་སྒྲུགས་པ་མནམ་དུ་  
 འོས་པ་ག་ལ་ཡང་། ། དྲི་ངན་འདི་མེད་ཅན་དན་བསྐྱུང་



ཞེས་འགྲན་པའི་ཟླ་དང་ཇི་ལྟར་བསྟུར། ། མི་བཏན་འགྱུར་  
 ལ་སྟོང་པེས་དབེན་པའི་ཆོས། ། ཀུན་རྫོབ་གསེག་གསེབ་  
 སྒྲུང་བ་ནམ་བདུན་གྱི། ། སྟུན་ཟླར་གྱུར་པའི་ཟློས་གར་ཉེ་བ་  
 གོ་མ། ། སེས་གྱི་ཉི་འོད་འཕུལ་བའི་ཐབས་མིན་ནམ།  
 གྲོགས་དག་ཁི་བའི་ཉེ་གས་བརྗོད་ནི། ཟློན་པ་ལྟ་བུ་འདི་  
 གཟིགས་ཏེ། ། དང་པས་ཆུ་ལས་འོ་མ་བཞིན། ། འོས་པ་  
 གང་ཡིན་དེ་སྒྲངས་འཆོལ། ལུས་གྱི་ལས་ནི་ནམ་པ་  
 གསུམ། ། དག་གི་ནམ་པ་བཞི་དང་ནི། ། གང་ཡང་ཡིད་གྱི་  
 ནམ་གསུམ་སྟེ། ། མི་དག་བརྩུ་པེ་མི་མིར་བ་ལགས། །  
 ཞེས་གདོང་གོང་ཨུ་ཡོན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་  
 བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འཕུལ་པའི་ཉེ་གས་བརྗོད་དེ་མཚར་  
 གཟིགས་མེ་འཕུམ་ཕྱག་འཆར་བའི་སྟོག་བརྟན་ལེའུ་ལྡ་  
 ལས། མཁན་རྒྱུ་དགོངས་ཞུས་ཕྱག་སྒྲུའི་དུང་ཆེ་སེགས་



གྱིས་སྒྲོན་བདག་ལྷག་སྤྱོད་ཕྱོད་ཙམ་བཏང་བཟུང་དེའང་  
དེམ་ཕྱར་གྱུར་པ་སྐྱེ་དངས་ལག་བ་ལྟ་བུའི་སྐབས་ཏེ་སྒྲོད་  
ཆོ་གསུམ་པའོ།།།



གདོང་ཤོང་ཅུ་ཡོན་ཐུབ་བསྟན་བདེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་  
བདག་གི་འདི་སྒྲུང་འབྲུལ་པའི་སྒྲེས་གར་དོ་  
མཚར་གཟིགས་མོ་འབྲུམ་ཕྱག་འཆར་  
བའི་སྒྲོག་བརྟན་ལེའུ་ལྡ་ལས།

བཞི་པ། གོང་གསལ་བྱད་དབང་པལ་ཆེ་སྒྲེས་བཏང་སྟོང་  
གཞུང་གི་ཞའོ་གྲང་སེགས་ཞུས་པ་ནམ་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་  
སྟོང་།

བདག་གི་སྒྲོག་སྐུམ་ལྷ་ཟེར་དྲི་མེད་ལྟར། ། འགྲོ་བ་  
མ་ལྷུས་པ་ལ་དགེར་གྱུར་ཅིག ། དབྱུང་ཙམ་ལྱུང་བ་ནམས་  
གྲང་པ་རེལ་ལ། ། བདེ་བ་དཔག་མེད་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པར་  
འོག ། འཁོར་ཏུ་ཕྱན་སྐུམ་ཚོགས་པ་མ་ལྷུས་པ། ། མཐར་



བྱེན་པ་ཡི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཐོབ་ནས། ། དམ་པའི་སངས་  
 རྒྱས་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་ལ། ། འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་དག་སྦྱོར་བར་  
 འོག། ། དེ་ཡི་ཆོ་ན་སུ་ཡི་སེམས་ལ་ཡང་། ། ཉེས་བྱས་  
 ཡན་ཆོགས་ཅམ་ཡང་མི་འབྱུང་ལ། ། སྦྱོ་བོ་གཞན་ལ་རབ་  
 ཏུ་ཡན་བགྱིད་ཅིང་། ། དགོ་བ་བཅུ་ཡི་ལམ་ལ་གནས་པར་  
 འོག། ། སུ་ཡང་རུང་སྟེ་ངན་སོང་གནས་ནམས་ནི། ། མི་  
 ལམ་ན་ཡང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་ཞིང་། ། ངན་འགྲོ་ནམས་  
 གྱི་གནས་གྱི་མཐའ་དག་གྱུང་། ། ལྟ་ཡི་འཇིག་རྟེན་བཞིན་  
 ཏུ་དགའ་བར་འོག། ། ཡིད་བཞིན་ནོར་དང་བུམ་པ་བཟང་།  
 ། རིག་སྒྲགས་གྲུབ་དང་སྒྲན་ཆེན་དང་། ། དཔག་བསམ་གྱི་  
 ནི་འཁོར་དག་དང་། ། ལུས་ཅན་ནམས་གྱི་འདོད་འཇོར་  
 གྱུར། ། ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་ཡང་། ། ནམ་མཁའ་  
 བཞིན་ཏུ་རྟག་པར་ཡང་། ། སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་



ཡི། ། རྣམ་མང་ཉེར་འཛིན་གཞིར་གྱུར་ཅིག ། རྟོགས་བརྟུང་  
 འདི་དག་གང་གིས་མཐོང་ཞིང་བློས། ། ཡིད་ལ་དྲན་པར་  
 བྱེད་པ་དེ་དག་གྱུར་། ། རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་སྦྱོང་པ་རྒྱབས་པོ་  
 ཆེ། ། མ་ལུས་སྐྱབ་ལ་ཞུས་བ་མེད་པར་འཕྱོག། ། ལྷག་  
 བསམ་དག་པའི་སྦྱོབས་གྱིས་ལེགས་བསྐྱབས་པའི། ། རྒྱ་  
 ཆེན་སྦྱོན་ལམ་བཟང་པ་འདི་ཡི་མཐུས། ། སྦྱོན་ལམ་པ་  
 དེལ་བྱེད་པ་ཡོངས་རྫོགས་ནས། ། ལུས་ཅན་གུན་གྱི་རེ་བ་  
 སྦྱོང་བར་འཕྱོག། ། ཅེས་སྦྱོས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་གྱི་གསུང་  
 བྱེད་པར་ཅན་དག་གི་རྗེས་སྦྱོས་འཕྱོག་གྱིས་མདུན་  
 བསྐྱས། ཟླ་བའི་ས་བཅད་བཞི་པ། དེ་ནས་ད་ལྟའི་བར་གོང་  
 གསལ་ལ་བྱེད་དབང་པལ་ཆེར་སྦྱོས་བཟང་མི་དམངས་སྤྱིད་  
 གཞུང་གི་སྦྱོབ་བྱ་དག་ཆེན་དང་ཞའོ་གྲང་སོགས་ཞུས་པ་  
 རྣམ་ལངས་པ་ལྟ་བུའི་སྦྱོར་ལ། བོད་འཕྱོང་ཉ་གནས་ལོ་



གསར་ཆོས་སྤྱི་ལོ་ང་བཞིའི་ནང་བད་བྱང་བཞིན་སེས་ཐོག་  
 ཐང་དུ་ཇི་སྤང་ཅུ་ཡོན་རྩེ་མགོན་སྟོན་ལ་བཅད། ཆབ་  
 མདོར་གནས་སྒྲ་དང་མེ་འཁོར་ཚུན་གྱི་འཇོན་སྟོ་ཆེ་བས་  
 རྟང་ཚུགས་བྲལ་བྱུག་ཏེ། སྟོན་དུ་གསེལ་བ་རིམ་པར་  
 བཏབ་འབྲས་ཆོས་༡༠ཏེན་མིང་རྟང་ཅུས་དང་། ཅི་རྩེ་  
 བཀའ་ལྟར་མེ་རིགས་སྟོབ་གྲུའི་ནང་བོད་ཡིག་དག་གན་  
 གྱི་ལྟར་འཇོན་ཞུས། ཏེན་རེར་ཚུ་ཆོད་གསུམ་གྱི་སྟོབ་  
 ཡུན་ལས་དོན་ལ་ཟླ་ཕྱེགས་སྟོར་བརྒྱ་དང་ལྡ་བཅུ་རེ་  
 བསྐྱལ་བའི་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོས་བསྐྱངས་འཁོར་སྟོ་མཐུན་  
 འཁོས་རབ་ནམ་རྒྱལ་བཅས་གྱི་རོགས་རམ་འོག་སྟོབ་བྱུག་  
 ལྡ་བཅུ་སྟོར་ལ་བོད་ཡིག་བྲིད། ཚུ་ཆོད་༥རེར་མ་  
 གཏོགས་པལ་ཆེར་སེས་དལ་བཏེན་དེའི་རིང་རང་རེའི་  
 རྒྱབས་ཆེན་གཙོ་འཇོན་མའོ་གྲུ་ཞི་མཆོག་གི་བཀའ་ཚུམ་



མི་དམངས་དམངས་གཙོའི་སྲིད་དབང་མཐུན་གཅིག་ཏུ་  
 འཛིན་པ། ཡི་རྩུ་རྩེ་ཆེས་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་ལྷ་གཅིག་  
 གཏམ་བ་ལ། རྩོམ་བསྐྱར་ཆོག་དོན་འཁོར་ཏུ་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་སྒྲུང་ལ། དབང་ཤེས་ཏེ་དང་། ཡུ་གེང་ཡོན་  
 ཞེས་པས་བཅུ་མས་བྱང་བྱང་གོའི་གསར་བཛུའི་སྒྲིག་དེབ་  
 ཉོད་སྒྲུང་གྱིས་མཆོན། དཔེ་ཆོང་ཁང་དུ་གསར་འཕར་  
 གང་བྱང་གི་ཡིག་རིགས་དེབ་བླས་མངལ་སྒྲིག་ཉོད་སྒྲུང་  
 གོ་སྐབས་སོགས་དགའ་སྒྱུད་སྒྲུང་བ་གསར་འཆར་གྱི་  
 དབུ་ཚུགས། བོད་ལྷ་དང་པེ་ཉིས་བཅུ་གས་ཁྱི་མའི་ཆེས་  
 བཅུ་གཅིག་ཉིན་རྒྱལ་ས་པེ་ཅིན་ནས་སྐྱ་ཆབ་ཀྱང་ཐོན་ཀྱང་  
 ཅན་བྱོན་པའི་ཕེབས་བསྐྱར་རྒྱ་བམ་ཁར་ལས་བྱེད་བཅུ་  
 གཅིག་དེལ་རྒྱགས་བྱས་སོང་ཁོངས་བཅར་བས་དམངས་  
 དམག་གི་རུ་སྒྲིག་ མེ་ཏོག་གི་ཆར་སོགས་འཁོར་རྒྱུའི་ལྷན་



མོ་འབྱམས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ལོང་། དགོངས་མོ་ལྷུང་དགར་དུ་ཁི་  
 རྩེ་དང་ཁང་ཞི། ཕྱི་ཉིན་སེས་ཐོག་ཐང་སྟེང་། དེ་ཅིན་ལྷོས་  
 གར་བས། ད་སྟོན་མཐོང་བ་ལྷ་ཅི་ཐོས་གྲུང་མ་མྱོང་བའི་ངོ་  
 མཚར་སྤྱ་འབྲུལ་ཅེད་སྤྱ་བཅུ་གཉིས་སྟོར་བསྟན་པ་སྟེང་  
 དང་མིག་ལ་བདུད་ཅེད་གྲུར་ཏོ། ཅི་འདི་མཐོང་ངེས་མི་ན་གེ་  
 དེའམ། དྲི་ཟའི་འཇིག་རྟེན་དངོས་སྤྱ་བའམ། ལྷོས་གར་  
 ལྷུང་མོའི་དགའ་སྟོན་གཅིག་ཕུས་གྲུང་། གངས་རིའི་  
 ལྷོངས་འདི་སྤུམ་ཅེན་གནས་སྤྱ་བུས། ཆོས་བཅུ་གསུམ་  
 ཉིན་སེས་ཐོག་ཐང་སྟོན་མགོན་ཁི་རུས་ལ་བཅར་ཞིང་  
 གསུང་བ་འད་བཀའ་སྟོབ་དང་དྲན་རྟེན་ཐང་རྒྱན་གནང་བ་  
 ཐོབ། དེའི་སངས་སྤར་ཡང་སེལ་རྟོག་ཐང་སྟེང་ལྷོས་གར་  
 བས་ངོ་མཚར་བའི་ལུས་ཅུལ་དང་ཅེད་སྤྱ་བཅུ་དུག་བསྟན་  
 པ་མདུན་གྲུལ་ཐག་ཉི་ནས་བལྟས་ཆོག་དགའ་སྟོན་གྱིས་



ལྟ་ཡི་ཡོངས་སྒྱུད་དང་མི་ན་གཉི་ཁྲོམ་གར་ཞེས་པ་གཏམ་  
 ཅོམ་དུ་བྱས། ས་ག་ཁྲོ་བའི་ནང་སྒྱུད་གནས་ཆ་གཅིག་  
 བསྟན། འདི་དག་གི་ཆེ་ཕྱིས་སུ་སུམ་རྟགས་དང་དག་  
 ཡིག་སྒྲོབ་པ་དང་མི་མཚུངས་བསྐྱབས་རྗེས་འཕྲུལ་མཛེན་  
 ཡི་གེ་རང་སྒྲོབ་ཆེ་ག་ལས་དོན་སྒྲོ་སྒྲུང་ཉམས་དགའི་དང་  
 ལས་དགའ་ངལ་ཅི་ཡང་མེད་མོད། ཁྲོ་བ་དུག་པའི་ནང་  
 རྒྱག་ལངས་ཆ་བ་ཆེ་ཉམས་དབྱར་མེད་དགོངས་ཞུས་  
 གྱིས་གདོང་གོང་དུ་འཕྱོར། དུས་རིང་བག་མེད་ནམ་  
 གཡོངས་དང་མཚམས་གྲས་གཙོས་མེད་སྒྱུ་འགའ་ཞིག་  
 ལ་སྒྱུད་འཇུག་ཆེན་མོའི་བྲིད་དང་། བྲབ་འབྲི་སྒྱུད་མ་སྒྲེ་  
 སྒྱིས་ཟེར་ཚུལ་ཉིན་གསུམ་རིང་རྒྱུ་བརྟན་དང་ཆེ་དབང་  
 སྟགས་གྱི་མགོ་བསྒྲེར་བཏང་། སྒྱུ་ཡོན་འབྲུ་ཁལ་༡༥སྒྲེར་  
 རྟེན་བྱུང་བའང་མ་ཉི་དུང་སྒྲུབ་འཇུགས་ཅིས་གྱི་ཐེབས་སུ་



ཕྱིར་སྒྲུང། ཟླ་༤་ཆེས་༡༡ འདས་མའི་དགེ་ཕྱིར་སྒྲུང་གནས་  
 ཆ་གཅིག་ཚུགས། ཆེས་༡༤ མདའ་བར་ཆང་སྟོན་མགོན་  
 ལ་ཕྱིན་ཅིང་ཟླ་༤་ཆེས་༡༥་དང་ཉེར་ཅིག་སེ་སེར་རབ་སྟོང་  
 དང་མདའ་བ་ཆང་གི་སྟོང་མཆོད་ཆེ་ག་བཏོན། ཆེས་  
 ༡༦་ཕྱི་མར་ཆབ་འབྱོར་ཕྱི་ཉིན་རྩེ་གུའུ་རིན་དང་སྤངས་  
 མདའ་སེགས་སུ་བཅད། ཟླ་༡༠་ཆེས་༤་ཉིན་མཁར་འགོ་  
 སེགས་རང་ཁོངས་མི་སྣ་ནམས་ཆོགས་འདུར་སྟེབས།  
 ཆེས་༡༡་སྤྲུ་རྩལ་བད་ལེབས་བཞིན་མདོ་སྒྲུང་ཅིན་རྩེ་ཅུ་  
 ཡོན་རྒྱས་ཆོགས་ཆོགས་འདུར་བཅད་ཞིང་སྒྲུར་ཁམས།  
 གོ་འདྲོ་ས་ངན། ཚ་ལྟོ་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱུ་དུ་ཡི་གེ་  
 རྟོག་མཁན་ལེགས་པེ་མེད་བཟུས་དེད་ལ་བཀས་  
 མངགས་བཞིན་གོང་ཁག་གི་ཆོགས་རྒྱུ་ཐོག་ཉིན་དགུ་  
 རིང་འབངས་སྟོང་ཁྱེ་གང་དང་སྟེ་བདེ་ཁྱེ་གང་གི་འགོ་



བྱིད་ལོག་ཕྱི་ལྷ་གི་མིང་ཁྱར་ཅུ་བྱིམས་གྱི་ཡི་གེ་  
 བསྐྱབས་པ་དང་། གོ་དོན་ལྟི་ཏེ་ག་མེགས་ལ་རང་གཞན་  
 གྱི་བསམ་ཚུལ་དང་ངོས་འཛིན་གསལ་བ་ལྟ་བུ་གོ་བསྐྱར་  
 བྱེད་པའི་བསྐྱབས་ཞུས་བཀྱིས་སོ། ཆོས་ཀྱི་ནང་ས་ནས་  
 མཆོམས་ལྟི་ཆོགས་པ་ལྟེན། ཏུ་སེར་ཆོགས་ལྟེན་དང་  
 འབྲེལ་དགོངས་མོ་ཁྱང་ཞི་དང་མིག་ལྟེན་ལྟེན་ཕྱི་ལ་ངོ་  
 མཆོར་ལྟེན་མོ་མཐོང་། ཆོས་ཀྱི་དེ་ལྟེན་ཡང་ཏུ་སེར་སྒྲ་བྱེད་  
 གཞིས་གྱིས་སེ་སེའི་སྒྲིང་བཞག་ཡང་ལ་སྒྲར་བ་དང་།  
 དལ་གྱི་སེ་ཅན་མང་པོ་བསྐྱོལ་བའི་ཁྱང་ཏུ་མེ་ལྟེན་འབར་  
 འབྲེལ་གྱི་སྒྲིང་ཏུ་མཆོང་འཇུག་། རྒྱལ་འབྲོགས་གྱི་སྒྲིང་  
 མཆོར་འབྲེལ་ཡས་ཅེར་འབྲེང་བ་ཐོག་ཅུག་ཕྱིད་གཞིས་  
 ཆོད་སྒྲིགས་སྒྲ་གར་སྒྲ་བས་བཅས་བསྐྱོད་དེ་བདེ་བར་རོལ་  
 བ། གན་རྒྱལ་རྒྱང་མཐིལ་གནས་བསྐྱོད་སྒྲིང་ཐེམ་པ་བདུན་



དཔེ་སྐས་ཉེན་མེད་དུ་བསྒྲངས་པར་མི་བཞི་ལྟ་འབབ་  
 འཛེགས་གྱེན་ཐུར་གར་སྐབས་བསྐྱར་བ། འཤེལ་སྒྲོང་དང་  
 དཀར་ཡོལ་བཅུད་ཅན་མང་པོ་བཅེགས་མར་བཞག་པའི་  
 སྒྲོང་ཐུར་མ་ཕྱ་མའི་སྒྲོང་སྒྲོང་ལ། དེ་དག་ཁས་འཛིན་ཁོ་  
 ཇོ་སྒྲོང་འདེགས་འབེབས་བྱེད་པ། ཁོ་ཇོས་སྒྲོ་ལི་འཕེན་  
 འཛིན། འཤེལ་དམ་དང་གི་དང་རིལ་མོ་དུག་བདུན་ལག་  
 དེས་མོས་གྱིས་འཕེན་འཛིན། མི་གཉིས་རྒྱང་འདེགས་  
 དཀའི་རྡོ་ཆེན་གྱི་འཕང་ལོ་ཆེན་པོ་ཉིས་སྒྲེལ་གདངས་བྱ་  
 སྒྲེ་དང་ཕྱག་པ་དཔུང་པའི་བརྒྱད་བསྒྲེལ་ལའུར། བྱ་དང་སྒྲོ་  
 ང་ཉི་གདུགས་དར་ཆོན་སྒྲར་མེད་གསར་སྒྲེས་སོགས་གྱི་  
 མིག་འཕྱུལ་སྒྲ་ཆོགས། ལག་གཡས་གཡོན་གྱིས་དབྱུག་  
 པ་གཉིས་རེ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་དཀར་སྒྲེར་བསྒྲེར་བ། ཐག་  
 དཔེ་སྒྲེར་སྒྲོང་རྩུས་བཀང་བཞག་པ་གཡུགས་བསྒྲེར།



དག་པ་ཇ་ཆེན་པོ་འཕེན་སྒྲུངས་འདྲ་མིན་ཅི་བྱས་མགོ་བོས་  
 ལེན་ལ་བསྒྲེར་བ། ཞེན་བཞིན་ལྷ་ཆོགས་བ་ཞིག་པ་དང་།  
 ལའོར་ལོ་གཅིག་པ་དང་། འཕྲེད་རྒྱགས་ཅི་བྱས་ཆོག་པའི་  
 རྒྱ་སྒྲིལ། ཐག་པའི་རྒྱད་གར་སྒྲུབས་བཅས་བསྒྲེད་པ།  
 འཁོར་བྱ་རྒྱ་རྒྱ་འཕངས་རང་གར་སྒྲུབ་ལྷོག་མེས་མི་  
 ཁུར་ཆེན་པོ། འག་རྒྱས་གཏན་མེད་འོད་གྱི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ལྷ་བྱ་མཉེན་ལྷག་འབྲིལ་ལྷན་སྒྲེད་ལམ་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་  
 མཆོན་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པའི་ལྷས་ཅུལ་ལྷད་མོ་  
 མཐོང་། ཆོས་ཀྱི་ལྷོན་སྒྲུབ་ཡང་མར་ཐང་ཐང་ག་འགམ་དུ་  
 དམངས་ཆོགས་ཆང་མར་གོང་བཞིན་སྒྲུ་འཕྲུལ་ལྷད་མོ་  
 བསྒྲན། ཆོགས་འདྲའི་རིང་ཆོགས་མི་རྣམས་གྱི་བསམ་  
 འཆར་འདྲ་མིན་དང་རེ་འདྲོད་གོང་ཞུའམ་དེབ་ཞུ་ཐེངས་  
 གསུམ་དང་། ཆོགས་ཆེན་དུ་གཏམ་བ་འད་པ་ལྷ་དུག་



སྒྲེར་ཞིག་ལ་ཕྱ་བྲིམས་ཆེན་མོར་བསྐྱབས་བཞེད་དང་། དེ་  
 དོན་ཉམས་ལེན་གཡེ་མེད་ཞུ་བྱ་སྒྲིང་པོར་ལའོད་པའི་ཆོག་  
 བཞེད་ཕྱང་ལྟ་མིན་ཟེན་བྲིས་བཟོ་རིགས་བྱས། རང་ཉིད་  
 ཉམས་སྦྱང་དང་། ཞིབ་ཏེག་བཏག་དཔྱད་མ་འདིངས་པས་  
 སྒྲུབས་འདིར་ཕྱ་བྲིམས་སྒྲིང་ཐུས་ལ་ཕྱི་ཚུལ་དགའ་གས་  
 ཡི་རང་གི་གཏམ་བཞེད་ནམ་འགྱུར་འགས་ཅིག་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ལས་མ་རངས་པའི་ངང་ཚུལ་མངོན་གསལ་བསྟན་པ་  
 སྒྲུབས་དེར་མཐོང་བྱུང་མ་གྱུར། ཆོས་ཀྱི་ཆོགས་འདུ་  
 གྲེལ་ཞིང་དགོང་མོར་འཆམས་འདྲི་ཡན་ལག་ཆོགས་པ་  
 ནས་ཁྱང་ཞིའི་ཕྱིད་སྒྲུབ་བསྟན་པ་མཐོང་། ཆོས་ཀྱི་དགོན་  
 ཐོག་མཁར་འགོ་སར་ཕྱིན་པས་ཟེར་རིགས་སུ། བྲག་  
 གཡལ་ཏུ་མཉམ་པོར་ཕྱིར་བསྒྲིང་མེ་བྱས་སར་ས་ཆོག་པ།  
 གོང་མའི་ཕྱག་རྒྱ་སྒྲིང་ལྟ་བུ་ལྟོང་། ལྷ་རབས་དཔོན་



རབས་བཀའ་རྩིན་རྗེས་དྲན་བྲག་ལྷར་ཞབས་ཕྱི་ཞུས་ན་  
 འཕྲལ་བཏུན་ཡུགས་བསྐྱེད་ཡོང་བ། ལྷ་བྱང་དུ་ཡིག་ཚང་  
 ཞིབ་ཁང་བཅས་པའི་འགོ་འཛིན་དགོས་ཚུལ་སོཌ་གྱིས་  
 བྱིད་གྱུང་ལོ་སར་ཁར་བཅར་ངེས་ཡིན་མདོག་བྱས། རང་  
 ཉིད་དབྱར་སེང་འབྱམས་རིང་མི་རིགས་སློབ་གྲྭ་གོལ་བས་  
 ལས་སློ་དམིགས་བཀར་མེད་སྟབས་སྤྱར་ཡང་རྒྱུ་ལྱེད་  
 མཆོག་དང་། སྤྱང་མདའ། སྡེ་སྤྱས། བཀྲ་ནམ་བཅས་ལ་  
 བྲག་ཁོངས་སྡེ་བྱུར་བཏུན་ཁོང་ཆོའི་མདུན་དེ་གནོང་མི་  
 དགོས་པ་སྡེ་མཛོད་མཁར་འགོ་ལས་མ་དམན་ཅམ་གྱི་  
 རིམ་པའི་སྤྱིད་གཞུང་ལས་བྱེད་ཕོགས་བཅ་ཞིག་རེ་འདུན་  
 བསམ་མ་འཆར་ཞུ་བསྐྱལ་བྱས་པར་ཞན་རིམ་པ་དང་  
 མཚུངས་ཞེས་བོད་ལྷ་༡༡ཆོས་མཆབ་མདོ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུ་  
 བའི་ཞའོ་གྲང་གི་བཀའ་བསྐྱར་ལག་བྱེད་གསོལ་རས་



ལྟལ་དེན་བྱེར་ཉིན་སློབ་ཚུང་དུ་སྐྱར་འཛིན་ལ་བཅུར། འོན་  
 གུང་སློབ་མཐུན་གྲོགས་བཟང་གྲུའི་ཞུའི་གུང་མཆོག་གིས་  
 དགོས་དེན་བད་སྐྱར་ནམ་གནང་ལ་རོགས་རམ་ཞུས་ཁྱུ་ལ་  
 ཡུང། དེ་མིན་ཉལ་བཅུར་མ་དགོས་པའམ་ཡང་ན་མ་བྱས་  
 པར་བཏེན་གོང་བ་ལྟར་ལྟར་དཔེ་ཆོང་ཁང་དུ་དེབ་གསར་  
 གང་ཐོན་སྒྲུ་ཉི་མཇལ་སློབ་དང་། གཞིས་ནས་ནང་ཆོས་  
 དཔེ་ཆ་མང་པོ་རིམ་སྒྲངས་གོམས་ག་ཤིས་དཔེ་སློབ་དུས་  
 བཟང་ལ་ཐོག་ཆེན་གསེ་སྦྱང་གིས་མཆོན་ཁ་ཏོན་དགོ་  
 སྦྱང་། གསེང་བར་དུ་གོང་ཉལ་ལྟར་མེ་ཕྱིད་འཛིན་དགའ་  
 ཉིན་བཅས་སེས་དལ་བག་ཕེབས་དགའ་སྦྱིད་ཟུང་འབྲེལ་  
 བདེར་གནས་ངང་སྒྲུ་ལས་གོང་མའི་བཀའ་དགོངས་ཡིན་  
 ནམ་གང་ལྟར་སྦྱང་མདའ་དང་བཀྲ་ནམ་ནས་མེལ་བ་ལྟར་  
 ཡིག་སྐྱར་ཁང་དུ་ཞུ་དག་པའི་མིང་འཛིན་གྱིས་ཉལ་བཅུར་



ལྷ་ཚོགས་ཡིག་རིམ་ལ་ཞུ་དག་དང་། ཟླ་འགས་དཔལ་  
 ལྷན་སོགས་ལ་སྐུམ་ཏྲགས་བད་དག་སྒྲོར་གང་དྲིས་ཅི་  
 འཤམ་ཞུས། ཚེས་༡༨སྒྲོབ་གྲ་བ་ནམས་དགུན་སྒྲོབ་གཟའ་  
 ལའོར་ཉེར་ཅིག་ཐེམས་པའི་གུང་སངས་གཏོང་རན་བྱིས་  
 མི་བཅས་ཁེ་རྩའི་ལ་བྱིན་ཅིང་། དེའི་རིང་ཡ་མའི་ཁ་ཉན་  
 བྱིས་ལས་རྩུར་བཙོན་དང་། བསྐྱབ་རྒྱན་མི་བརྗེད་དྲན་གསོ།  
 ཡ་མས་གུང་རྩྱལ་མིན་གཅེས་ལང་མ་འོར་བའི་བསྐྱབ་བྱ་  
 རྒྱན་བསྐྱངས་འགབ་ལྷགས་སོགས་གྱེ་མེལ་མཆིད་བྱས།  
 འདི་སྒྲོར་དག་དབང་དཔལ་ལྷན་ལ་འདུམ་སྒྲིག་ཁང་གི་  
 འགོ་འཛིན་བསྐྱོས་སང་ཞིང་། ཁོང་གིས་འདེམ་བཀྲས་  
 འགོ་འཛིན་ཞི་ལྷ། དེན་རྒྱལ་མཆོག་སོགས་དེར་རྩྱུང་དང་།  
 དུས་ཚོད་དེ་སྒྲོར་དེན་མ་གོ་རིགས་ནས་སྒྲོབ་རྒྱུ་སྒྲོབ་  
 ཡུག་བཅས་པར་མཐོང་རྒྱུ་ལྟ་ཅི། དག་དཔལ་ཁོང་པ་



མིང་གཞུང་གི་གོ་མིང་ཕོགས་ཐོབ་ཆེ་གས་ནས་གུང་ངོ་  
 འཕྲད་སྒྲུབས་འགར། མིའུ་ཡོ་ལ་ཅི་བསྐྱབ་འཁོད་ཅེས་  
 དང་། མིའུ་ཡོ་སར་ཕེབས་རྒྱ་ཡིན་པེ་རེ་རེ་ཞེས་རང་གི་  
 ལས་སྒྲེང་མ་ཞིང་ངེད་གྱི་བྱ་བར་བྱད་གསེད་བྱེད། ལོ་  
 མཇུག་ཅིན་རྩེ་ནས་རྟེན་འབྱུང་ལོ་སྒྲུལ་གསེལ་རས་དང་  
 ཆབ་ཚྲོང་ཆེས་དེ་པེ་སོགས་རང་འགག་ཏུ་འཆོམས་འདྲིར་  
 ཕེབས། ཆོས་ཀྱི་འཕྲུལ་གྱི་ཕྱོད་མེད་ཕྱིན་པར་འཆར་  
 ཅན་དགུ་གཏོར་སྟེང་ལྷས་ཅུ་ལ་ཆོགས་པས་དགོན་ཁང་  
 བདེ་ཡངས་སུ་གོང་བཞེད་ལྷར་སྒྱུ་འཕྲུལ་ངོ་མཚར་བཟོད་  
 འདས་གྱི་ལྷ་མོ་འདི་ཁོ་ནའི་ཆ་ནས་གུང་བྲིམ་དམངས་  
 ལ་དགའ་སྟེན་འདོད་པའི་ཆར་དུ་བསྐྱེལ་རྟོ། །

མྱི་ལོ་༡༩༥༥ཟླ་འཁོར་ལྷག་གནམ་ལོ་གསར་  
 ཆོས་སྒྲུ་རྟེན་སེས་ཐོག་ཐང་དུ་ཅིན་རྩེ་ནས་གསེལ་སྟེན་



གནང་སར་བེས་བཅར་དང་། དངེས་གཞི་ཉིན་གྱི་བོད་གཙོ་  
 འཛིན་ནམ་པར་ཉིན་ཆས་ཕྱན་བྱུར་བཅར་ཉིན་འབྱུང་མཇལ་  
 དར་ཕུལ་ཞིང་། ཕྱིར་ལ་སྒྲར་ཡང་དར་ཨ་འཤེ། ཇེ་འཁོར།  
 དྲན་ཉགས། དར་ངོ་གསུམ། བྱི་དེབ་བཅས་གསེལ་རས་  
 སྒྱལ། ཕྱིར་ནང་ཆབ་སྒྲུའི་དབྱེས་སྟོན་དང་། དེམ་གྱིས་ཆབ་  
 མདོ་ཇོང་། ཞི་ལྷ་སྟགས་གྱི་མགོན་སྟོན་ལ་ཕྱིན། ཟླ་  
 ༡ཆོས་༡༡ ཉིན་ཆབ་ཇོང་མི་དམངས་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཚོགས་  
 ཐེངས་བཞི་པའི་ཐོག་འབོད་བརྟུར་འབྲེལ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུང་བའི་  
 མཇུག་བསྟེམས་སྟན་ཞུས་ལ་བཅར། ཟླ་ ༡ཆོས་ ༤དགེ་  
 གན་སྒྱལ་སྒྱུ་དེན་པེ་ཆེ་དམ་པའི་དགོངས་ཇོགས་ཚོགས་  
 བརྒྱ་བཏང་། ས་ག་ཟླ་བའི་ཆོས་བཞི་སྟོར་བྲག་ཁིངས་  
 མཁར་འགོ་འཁོར་བཅས་སྟགས་དང་། དང་འགག་སྟེང་  
 འོད་དུའང་གནས་གཡར་ཕྱུར་ཁིངས་ལྟ་མོ་བ་མང་པོ་



སྒྲེབས། འབྲུག་ལྗོངས་ལ་དེ་བཅས་ཅམ་ལས་སྒྲེབས་  
 དེར་ལོག་སྒྲིག་གི་དེ་བོ་མཐོང་ཐུབ་པས་མིན་རུང་ཆེན་པོ་  
 ལུ་ཡིན་ལས་བཀའ་ཆོས་ཞུ་ཐལ་མི་བབྱིད་པ་རང་གི་  
 གོམས་གཤེས་ལ་བརྟེན་ལམ་རིམ་བྱིད་བྱ་སར་མ་སོང་  
 བས་མཁར་འགོ་སྐོག་གིས་རྒྱ་ལའི་བླ་མའི་ཡོངས་  
 འཛིན་ལས་ལྷག་པའི་ཉིད་ནས་འཀའ་ཆོས་གསན་ཡུལ་  
 ཞིག་ཉིད་ཨི་ཡོང་ཞེས་དང་། བྱ་བརྒྱ་འཁར་དང་པ་ཁྲང་  
 རུབ་དཔའི་ཆོག་རྒྱུ་ཁྱུང་བྱུང་། ཆོས་༡༡ཁྱེ་བླ་ལའི་  
 ཆོས་༡ལ་བརྟེན་སྒྲོབ་རྒྱུ་དུ་བྱེས་པའི་དུས་ཆེན་ཉིན་འབྱུང་  
 ཆོགས་འདྲའི་ཐོག་གྱུར་ཞའོ་ཁྱུང་གིས་སྒྲུ་ཚུལ་བརྟེན་འོས་  
 དོན་གནད་ལམ་གསུངས་ལ་གཞི་བཙུག་གྲུང་མོལ་ཞུས།  
 ཆོས་༡༤ཉིན་རྒྱ་ལ་འབྲུག་པར་ལྷན་མི་དང་། དུས་དེར་  
 མང་པོས་ལྷ་ཡི་གནས་ལྷ་བྱུར་བཞག་པའི་སྒྲུང་ཡང་ཁོ་



བོས་ནི། ད་ལྟ་ལོ་ན་ཕྱ་བས་མཁས་ཚུལ་དང་བསྟེན་སྦྱབ་  
 ཚད་ལྡན་ཅི་བྱས་ཨེ་ཡོད་ན་སྟམ་ཆོས་ཞུའི་བླ་མར་འོས་པ་  
 ཞིག་ཏུ་གཏན་ནས་མ་ཕྱིས་པར་དགོན་ལྟག་བཀའ་ཆོས་  
 འབག་འཆམས་སྦྱབས་ཐང་མཐར་བྱེལ་ཡིབས་ལྟར་མེ་  
 བལྟས་ནས་བསྟན་པ་ཞིག་གུང་། དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་སྦྱོར་དང་  
 གཏམ་བཟོད་ཐུགས་ཀྱི་རྩྱུ་ལ་མེ་སྦྱོགས་གྱི་ཚ་ངར་ལྟར་  
 ཕྱོག་པ་རེ་བྱུང་ཐུགས་ནད་མ་ཐེགས་པའི་རང་ཏྲགས་སུ།  
 མངོན་ཇེན་ལོག་སྦྱོར་བཅུ་མས་ཇེས་གྱི་རྒྱ་ལར་དེད་ནས་  
 སྦྱན་རས་གཟིགས་གྱི་འདྲ་ཤེས་འདྲག་ཅེས། སྦྱན་རས་  
 གཟིགས་ཞུ་བྱ་དེ་སྦྱོན་སྤངས་ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་རྟེན་  
 གཉིས་ནམས་གྱི་མཆོག་ཐམས་ཅད་གྱི་ཐུགས་རྒྱུད་སྦྱོར་ཇེ་  
 ཆེན་པོ་གང་འདྲུལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་བཞིན་ལག་གི་  
 རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཞིག་ལ་བྱིས་པའི་དུས་ལོ་བཅུ་སྟོར་



ནས་ངོས་འཛིན་བྱེད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་ཙམ་གོ་བར། ཁོ་རང་  
 གིས་ལག་པ་མང་ལྡན་མི་སྐྱ་བྱེད་བ་ཞིག་ལ་བཟོད་པ་དེ་  
 ལ་ཟེར་གྱི་ཡོད་འག་དོག་རྒྱགས་བཞུ་བྱུ་ལ་གནས་ཚུལ་  
 དགོད་བྱོ་བའང་ཡོད་བར་སྤང་། ཚང་མས་བཙུ་བཀྱར་བྱེད་  
 པ་མཐོང་བ་དང་། རང་དགོན་རི་བྱོད་ཉམས་དམས་གྱི་  
 རྣམ་དཀར་ཆོས་ཐེབས་འག་གསལ་རས་ཞུས་ན་ཞེས་  
 སེམས་བབང་འཆར་འདོན་བྱ་མཁན་འདྲག་ནའང་། གཞུང་  
 ཞབས་བྱས་རིང་གི་ཆད་བྱུན་འདོད་ཙུར་མ་བགྱིས་བོད་  
 སར་ཆགས་བཙུག་ན་ལྟ་རབ་ཡིན། གཞན་ནས་སྐྱར་བའི་  
 ཆོས་ཐེབས་རང་ཉིད་མགོ་ནའི་རྒྱ་ལས་རྣམ་དཀར་དུ་སྒྲིན་  
 པར་དཀར་སྐྱམ་བྱུར་མངལ་ཞིག་དགོས་རྒྱར་སྤང་ཡང་མ་  
 སྐྱེབས། ང་མོད་དང་བྱུར་ཁང་ག་ཉིས་སུ་ཉིན་ཆས་ཕྱན་བྱུར་  
 བཅས་ངོ་བཅར་ཁམས་བབང་དྲིས་ལན་ལས། སྤྱིད་དོན་



གནད་ཡོད་འབྲེས་མེལ་བྱང་སྒྲུང་མ་འགར་ཞིང་། གནད་  
 སྒྱུ་དྲག་ངོ་འཁེས་ཁ་འགས་འདྲག་གྱང་ལྷན་མེའི་བྲེལ་  
 གཡེངས་དང་། རྟེན་ཆས་བྱིར་རྒྱར་འཇུང་སེམས་གྱིས་  
 འབྲེལ་གཏུགས་མ་གྲུབ་པོ། ཟླ་བ་ལྷ་པོའི་ཆོས་འགར་ཅམ་  
 ནས་གྱུ་ལྱུ་ཞའོ་གྱང་གིས་འཆར་བཞོད་བཞིན་བོད་སློབ་  
 ནམས་ལ་ཉིན་ཡར་དང་། སློབ་ཕྱག་འཛིན་གོང་མར་  
 གཟུང་འཁོར་རེར་རྒྱ་ཆོད་གསུམ་ཅུས་གྱི་སུམ་ཅུ་པ་ཞིག་  
 བྲིད་འགོ་ཚུགས། དགོ་རྒན་ནམས་ལ་འཁོག་ཐོག་དང་།  
 གནད་ལ་ནག་པང་ངོས་སྒྲར་བསྒྱ། ལ་དོན། བྱེད་འབྲེལ།  
 རྒྱན་སྒྲུང་སོགས་གྱི་དཔེར་བཞོད་བཅས་ལྷག་བསམ་ཟབ་  
 བསྐྱེད་ཅི་འཁེས་པངས་མེད་དུ་བསྒྲུབ་གྱང་འདི་དང་བྱིས་  
 བསྒྲུབ་ཁག་ནམས་སུ་ཕྱན་བྱའི་པན་ཐོགས་ནི་ཡོང་གི་  
 ཡོད་འགག་ལས། མིག་སྟོན་པེར་བའི་གྲུབ་འབྲས་མཐར་



ཕྱིན་དཀོན་པ་བྱུང་བ་གཅིག་ཏུ་རང་ཉིད་བྲིད་མི་མཁས་པ་  
 དང་། གཉིས་སུ་སུམ་རྟགས་ཞེས་པའི་བོད་གྱི་བདུ་སྒྲིང་  
 ཡི་གའི་རིག་གནས་འདི་ཡུན་རིང་གོམས་དགོས་ལག་  
 ཅུལ་རིག་འཤེས་འཤིག་ཏུ་སང་པའི་ཆོས་ཉིད་གྱིས་ལན་  
 ནམ་སྟམ་གྱི་ཡོད། ཟླ་༤ཆོས་༥འོང་སི་གྲང་ཞི་ལྟ་དང་།  
 ཆབ་མདེ་དེ་པེས་མཆོན་འོང་སི་རྩེ་ལྟན་ཆོགས་ཐོག་སྒྲོབ་  
 རྒྱུ་གི་སྒྲོབ་སྒྲོང་དག་སྒྲོན་མཇུག་བསྒྲུམས་ཞུས། འདི་  
 སྒྲོར་རིག་གཞུང་ཁང་ནས་སྒྲོབ་བྱ་ཡོད་པའི་ཇོང་སྒོ་  
 ནམས་གྱི་བོད་དག་ནམས་བསྐྱུ་བསྒྲོངས་སྒྲོབ་སྒྲོང་གནང་  
 ཅིས་རིག་གཞུང་ཁང་གི་བྱའི་གྲང་མཆོག་སོགས་ལྟན་  
 འཇོམས་དབུས་སྒྲོབ་སྒྲོང་སྒྱི་དང་། བྱང་པར་དག་ཅན་  
 སྒྲོབ་སྒྲོང་གལ་ཆེ་དོན་ཟབ་ཡིན་ལྷགས་ལས་བཅུམས་  
 པའི་གཏམ་སྒྲིང་བཅས་དག་ཅན་ནམས་ལ་འཆར་གསལ་



ཉིན་མང་ཆུ་ཆོད་གསུམ་རེའི་ཡུན་སུམ་ཅུ་པ་མ་ཇོགས་  
 བར་ཞིབ་ཁྲིད་བྱས། རང་ཉིད་ནས་དཔེར་བཟོད་བཞོད་  
 དའི་དག་ཅན་གྱི་རྒྱགས་སྟོད་ལས་ལྷགས་མཐུན་སྟོབ་  
 ཡུག་གི་དཔེར་བཟོད་ནི་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་འདོད་མ་བྱུང་།  
 དག་སྟོབ་གྲོལ་ནས་ཟླ་བ་བརྒྱད་པ་ནང་དགོངས་ཞུས་  
 གྱིས་གདོང་ཁོང་དུ་སྟེབས། དེའི་རིང་རེ་ན་དང་། གཞུག་  
 སྟོད་། འཕགས་ཡུལ། གཡས། མདའ་བ་སོགས་སུ་མགོན་  
 འཕོད་ལྟ་བུར་འབྱམས་བསྟོད་དང་འབྲེལ་ཞར་དུ་ཆོགས་  
 བརྒྱ། གཡང་སྐྱབ། ཁ་འབར་མའི་མདོས། ཆོ་དབང་སོགས་  
 གྱི་མགོ་བསྟོར་དང་། ལྷག་པར་ཟླ་ལོ་ཆོས་ལ་གཡང་  
 འཛམས་གྱི་ཞི་ཁྲོ་དང་། ཆོས་བརྒྱད་རབ་སྟོང་ཚང་གི་ཆོ་  
 ལྟ་ནམ་གསུམ་སྟོང་མཆོད་འདོན་སར་སོང་ཞིང་  
 ཆོས་༡༥ ཆབ་མདོར་འབྱོར་དོ། ཕྱིར་ནང་ཁང་གྲུ་རིན་



མཆོག་དང་། རྟེན་སྒྲུབ་། བཀྲ་ཤིས་། དག་དབང་དཔལ་ལྷན་།  
 ཆབ་མདོ་དེ་པེ་མེགས་སྐུ་བཅར་། ཆོས་ཀྱི་འཕེལ་བྱུང་  
 བཞིན་སྐུ་ལེན་ལྷ་བ་བཅུ་པའི་གསར་བརྟེན་དགའ་སྟོན་  
 ལ་བཅར་ཞིང་། རྟོན་རྒྱུ་བ་བཤམས་བཞེད་མི་མང་ཆོགས་  
 དབུས་རྟེན་སྒྲུབ་དང་། ཞི་ལྷས་གསུངས་བཤམ་གྲོ་གར་  
 དང་། དགོངས་མེད་ཆོན་ཁ་ཅན་གྱི་ཏན་ཡིས་ (སྟོན་  
 བཞིན་) བསྟན་མེད་བ་མཐོང་། སྐུ་ལྷ་༡༡ཆོས་༡ འབྲེད་  
 ལྷ་༡༠ཆོས་ འཆབ་གྲོང་མི་དམངས་དགོངས་ཆོགས་སྟོབ་  
 སྟོང་གི་དགེ་ཆུན་ནམ་གཅི་གས་སྐུ་བཞེད་གནང་བཞིན་  
 རྟེན་དེ་པེ་མཆོག་གི་བཀའ་སྟོབ་ལྟར་དགོངས་ཆོགས་  
 སྟོབ་སྟོང་གི་དགོངས་དོན་འགངས་ཆེ་ཡིན་ལྟགས་གཏམ་  
 གྲུང་ཞུས་འཁོར་། དེ་ནས་མེད་འཛིན་ཅམ་ལས་མགོ་  
 མཇུག་དཀྱིལ་མེགས་ཉིན་འགས་ཅམ་མ་གཏོགས་བཅར་



དགོས་ཕུང་མ་སང་ཞིང་། མགོ་ཟླའི་ཆོས་བཞི་སྒྲོབ་གྱའི་  
 མཇུག་སྐྱུང་ཆོགས་འདྲུང་གཏམ་ཞུས་སྐྱེ་ཆོགས་ཚན་རིག་  
 དེབ་སོགས་གསེར་རས་ཐོབ། ཟླ་༡༡ཆོས་༧སྒྲོབ་ཚུང་པ་  
 མར་བཅས་བསྐྱུས་འཛེམས་ཅིན་རྒྱུ་ཚབ་དང་། ཆབ་  
 མདོའི་དེ་པེ་སོགས་བཞུགས་ཆོགས་མདུན་སྒྲོབ་སྦྱང་  
 མཇུག་བསྐྱེམས་གྲུབ་འབྲས་དང་སྦྱོན་ཆའི་རིགས་ཞུས། སྐྱེ་  
 ལོ་གསར་༧འུར་སྐྱབས་ཇའི་རྒྱུ་ནས་གཙོ་འཛིན་ཆོན་པའི་  
 སྐྱེ་པར་དང་། དར་ཨ་༧། ཨར་ཅོག་བྱི་དེབ། ཇ་ལཁོར་  
 བཅས་གསེལ་རས་དང་། ཕྱི་ཉིན་ལུང་དགར་དུ་སི་ལིང་  
 དུའུ་ནས་སྦྱོ་སྦྱོན་གནང་ངོ་། །

སྐྱེ་ལོ་༡༩༥༤པོད་མེ་སྐྱེལ་གསར་ཆོས་གཙོ་འཛིན་  
 ནམ་པར་མཇུག་དར་འབྲེལ་སྦྱོན་མགོན་སྐྱེ་རྗེས་ལའང་  
 བཅར་ཞིང་། ཕྱི་ཟླའི་འཆར་ཆོས་ལ་པོད་རང་སྦྱང་སྦྱོངས་







བྱང་སྒྲེའི་ཐང་གྱི་ཐང་ཆེན་དུ་སྒྱ་བོད་གཙོ་འཛིན། ལས་  
 རིགས་ཁག། འབྲས་སེའི་གྲ་མང་། མི་དམངས་སེར་སྒྲེའི་  
 བསུ་བའི་བཞོད་པ་གནམ་ས་གཡོ་བ་ལྟ་བུར་བཅས། དྲིན་  
 སྒྱ་ཙུང་ལི་བྲན་ཡིས་གྱིས་དབྲས་པའི་གྲུང་དབྲང་སྒྱ་ཚབ་  
 ཚོགས་པ་ཞབས་བཞོད་ཐེབས་བསུར་བཅར།  
 ཆོས་དཔོན་ཚོགས་འདུའི་སྒྲོལ་གྱི་བཞོད་སྒྲིག་ཞུ་སྒྲོ། མི་སེའི་  
 པར་འཁོད་ཚོགས་ཞུགས་ལག་བྱེད་དང་དབྲང་ཉགས་  
 སེར་པོ། སྒྲན་བཅོས་དང་རྒྱངས་འཁོར་ལག་བྱེད་སོགས་  
 གྱི་ཡིག་རིགས་ཁག་གསལ་རས་གནང་། གཙུག་ལག་  
 ལས་མས་སུ་གསེར་ཞོད་བརྒྱངས་འབྲལ་མཆོད་པ་དང་  
 བཅས་ཆོས་མཇལ་བཅར། ཆོས་ལུ་བརྟེན་ཐེབས་བཞིན་  
 བཞུགས་བྱི་སྒྲིང་ཁར་གྲུང་དབྲང་སྒྱ་ཚབ་ཚོགས་པར་  
 དགའ་བསུ་ཞུ་བའི་སྒྲེ་ལོན་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གི་གསལ་



མགོན་སར་བཅད། ཆོས་༡༥ལྟོ་འཕེས་དང་མཉམ་པོར་  
 ལྷང་གྲུ་རིན་མཆོག་དང་སྡེ་སྤྲུལ། བར་བར་མཁན་ཆེ་  
 བཏུན་ཆོས། ལྷ་སྡུན་པ་མཁུན་རབ་ལོར་བྱ་སོགས་སྐྱུ་  
 དྲགས་ངོ་འཕེས་ཁག་ཁ་འཕེས་སར་སོང་། སྐྱུ་ཞབས་ང་  
 མོད་དང་། ཀ་འཕོད་སོགས་འགའ་ཞིག་སར་ཆེད་བཅད་  
 ཞུས་ཀྱང་བཞུགས་སྐབས་མ་ཁེལ། ལྷང་གྲུ་རིན་མཆོག་གི་  
 བཀའ་སློབ་ལྟར་ལྟ་ས་སློབ་རྒྱུ་གི་ཞེའི་ཀྱང་མདའ་དཔོན་  
 མཁར་སྐྱ་བ་སར་སློབ་རྒྱུ་སློབ་སྦྱང་གི་འགོ་སྤངས་ཆེ་ཕྱ་  
 འདྲི་ཏེ་ག་སློབ་སྦྱང་དང་དྲི་ཆོག་འཕེག་ལྟེ་ཕུལ། ཆོས་  
 ༡༥ཆོགས་ཆེན་ཉིན་དང་པོའི་དབུ་རྒྱགས། གནམ་གྱུའི་  
 ཐོག་ནས་མེ་ཏོག་དང་། གཙོ་འཛིན་ཆེན་པོའི་ཕྱག་བྲིས་  
 ཏེན་འབྱུང་འཕེས་ཆོག་མེ་ཏོག་གི་ཆར་བབས་པ་ལྟ་ཡུལ་  
 ཅི་དེ་འདྲི་འདྲུ་ཞིག་ཡོད་དམ་སྟུམ་པ་འཕར། གསུང་



བ་འད་གནང་མཁན་གྲས་ཁ་འགས་ཟིན་བྲིས་སུ་བཞེད་  
 འཆོབས་གྱུར་པ་ཡིད་བྱང་རགས་རིམ། ཏུ་ལས་ཆོགས་  
 ཆེན་འགོ་འཛུགས། དེ་མཆོམས་དམ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ། སྐྱེ་  
 ཚབ་བྲན་ཡིས་བཅས་ནས་གསུང་བ་འད་དང་། དེ་ལ་ཉེན་  
 འབྲེལ་ཞུ་མཁན་གྲས་ནང་སོག་རང་སྦྱོང་ལྗོངས་སྡུ་གུ་ཞི་  
 ལང་ཅེས་ཐན། ཟེ་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་སི་གྲང་གཞོན་པ་བོད་  
 རིགས་སངས་རྒྱས་ཡེ་འཤེས། གྲང་འཤེས་ཞིང་ཆེན་གྱི་རུ་  
 སི་གྲང་གྲོང་རིགས་ཐའི་ཡིན་ཅི། འཤེན་ཅང་འེ་འུར་རང་  
 སྦྱོང་ལྗོངས་གྱི་ཞིབ་སྦྱི་བ་ཕུ་ལ་ཡེ་ཕུ། གྲོང་ཁྱེར་ལན་གྱའི་  
 རི་གྲང་རུ་རིགས་འུ་རུང་ཡིན། ཟེ་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་ཆབ་  
 གོས་རུ་གུ་ཞི་ཡིའི་རིགས་གྱའི་ཅི་གུལ། གྱའི་གུ་ཞིང་ཆེན་  
 གྱི་རུ་སི་གྲང་མའི་རིགས་ཨུ་སྦྱེའི་ཁྲོན། ཇི་ལིང་ཞིང་ཆེན་  
 གྱི་རུ་སི་གྲང་ཁྲོ་འགན་རིགས་གུའུ་དིས་རུང། རྒྱལ་



ཡོངས་མི་དམངས་འབྲས་མིའི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་འབྲས་མི་  
 འཁྱེད་རིགས་སྤང་བྱ་པན་བཅས་ནས་གསུང་བ་ལྟ་  
 བཤད་། ལས་འཛིན་གྱི་ཞི་ཐའན་གྱའན་སན། ཡབ་གུང་  
 མགོན་པོ་ཆེ་བཏོན། ལུས་སྤང་ཆེ་རིང་སྒྲེལ་མ། ཟུར་ཁང་  
 ས་དབང་བཅས། ཉིན་ལྟར་དགོང་ཚོགས་པ་སི་གནང་བ་  
 ལྟར་པལ་ཆེར་བཅར་ཞིང་ཁང་ཞིའི་ལྟར་མེ་ངོ་མཚར་  
 འབྱམས་སུ་གྲུ་ས། ཕྱིར་ནང་བད་པེབས་བཞིན་བཞུགས་ཁྱི་  
 སྤང་ཁར་རང་སྤྲོས་དབྱ་ཚྱགས་གྲ་ཞུ་དུང་ཡིག་ཁང་གི་  
 གསེལ་སྟོན་སར་བཅར། ཆོས་༡༩ཉིན་ལྟར་གྱི་རིན་མཆོག་  
 གི་གསུང་བ་ལྟ་དང་། གུང་དབྱང་སྒྲ་ཚབ་ཚོགས་པའི་  
 དམངས་གཙོ་ཕྱོགས་ཁག་དང་། མི་དམངས་ཚོགས་པ་  
 ཁག་གི་འབྲས་མི་ནས་ཉིན་འབྲེལ་ཞུ་རྒྱུའི་དང་པོར།  
 དམངས་གཙོ་ཕྱོགས་ཁག་བདུན་གྱི་སྒྲ་ཚབ་རང་ཆོས་



ཞང་། བཟེ་པ་སྒྱུ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་འཕྲོ་ལོ་ཙེ་དཔེན། ན་  
 གཞོན་སྒྱུ་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་འཕྲོ་ལོ་ཙེ་ཡི་རྒྱུ་ལྷོངས་  
 དམངས་གཙོ་བྱུང་མེད་མཉམ་སྒྱུ་ལ་ཚོགས་པའི་རྒྱུ་ལས་  
 ཨུ་ཡོན་སེག་རྒྱུ་ཨུ་ཡོན་ལན། བྱུང་རྒྱུ་ལྷོངས་བཟེ་  
 ཚོང་ལས་རིགས་མཉམ་འབྲེལ་ཚོགས་པའི་རྒྱུ་ཨུ་ཡོན་  
 བྱུང་པའི་མེན། ཚོན་རིག་གསར་པའི་བྱུང་སྒྱུ་ལ་ཚོགས་པ་  
 རྒྱུ་ཨུ་ཡོན་དང་སེན་ཡུན་པའི་བཅས་ནས་གསུང་བ་ལྟ་  
 གནང་། ལས་འཛོན་རྒྱ་ཞི་བྱུང་། བྱུང་གཡུ་བྱུང་ལེས་  
 སེགས། བྱུང་ནང་བྱུང་གོ་རྒྱུ་མཚོག་དང་། དང་སྒྱུངས་  
 སྒྱུ་བཅུ་གཉི་ལམ་ལུགས་མཛོང་བསྒྱུས། དེའི་འབྲེལ་  
 བ་ལྟ་བཅས་ང་མེད་ནས་གནང་བར། དེ་ལ་ཆེན་འབྲེལ་  
 ཞུ་མི། བྱུང་བྱུང་ཏང་པའི་ལས་དོན་ཨུ་ཡོན་སྒྱུ་ཚོང་རྒྱུ་འཕྲོ་ལོ་  
 ཡན་མིན། བེད་དམག་ཁུལ་ཁང་གི་སྒྱུ་ཚོང་དོན་དེ་ཨུ་



ཡོན་ཐའན་རྒྱ་སན། བོད་ས་གནས་སྤྱིད་གཞུང་གི་སྐྱེ་ཚབ་  
 ཟུང་ཁང་དབང་ཆེན་དགེ་ལེགས། དཀ་ཆེན་ནང་སྒྲུང་  
 མཁན་པོ་གྲོས་ཚྲགས་ཨུའི་སྐྱེ་ཚབ་ཅེ་འཇིགས་མེད། མདོ་  
 སྒྲུང་ཅིན་རྟའི་སྐྱེ་ཚབ་སྒྲུང་མདའ་སྟོབས་རྒྱལ། ཆོས་  
 ལྷགས་ཁབ་གི་སྐྱེ་ཚབ་ས་སྐྱེ་གཞུང་སྐས། ཀམ་པ། སྒྱིན་  
 སྤྱིད་གཞུང་རིན་པོ་ཆེ་བཅས། གུང་དབྱང་སྐྱེ་ཚབ་ཚྲགས་  
 དའི་ཁོངས་སྤྱན་རྒྱ་མི་རིགས་ཁབ་གི་སྐྱེ་ཚབ་རྣམས་ལས་  
 དང་པོ། མཆོ་སྤྱན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རྟ་སི་གུང་བོད་རིགས་བཟླ་  
 འེས་དབང་ཕུག ཡུ་ནན་ཐའི་རེ་རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱུ་གུང་  
 གའི་ཆོན་འེན། ཀོང་རྟང་ར་ནན་མི་རེ་རང་། མའོ་རིགས་  
 རང་སྤྱོད་ཁུལ་གྱུ་གུང་ལི་རིགས་ལྷང་འགོའོ་འེན། ཡུ་  
 ནན་མི་རིགས་དོན་བྱེད་ཨུ་ཡོན་རྟའི་གྱུ་རིན་ཅ་རིགས་ལྷང་  
 ཡའི་གུང་ཡའི། ཡུ་ནན་རྟང་རེ་ར་ཉིད་རིགས་རང་སྤྱོད་གྱུ་



གྲང་རྩིས་ཁྱིན་པ་ལྟར་། ཡུ་ནན་མི་རིགས་རང་སྤྱོད་ཀྱི་གྲང་  
 ལི་རིགས་མིའི་ཨ་ཆན། ཡུ་ནན་ཐོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཁྱུ་ལ་  
 གྲ་སྒྲིག་ཁང་གི་ཀྱི་རིན་ཐོད་རིགས་སོང་མོང་། ཀྲང་པོས་  
 གྲོད་རིགས་རང་སྤྱོད་ཀྱི་ཀྱི་གྲང་ལན་ཁང་པ་བཅས་ནས་  
 གསུང་བ་ལྟར་གནང་བ་ཉན་ཅིང་། ཐོད་གྱི་ལས་དོན་ཨུ་  
 ལྷན་དང་། ཐོད་དམག་ཁྱུ་ལ་ཐུན་མོངས་གྱི་གསེལ་སྟོན་ལ་  
 བཅད། ལས་འཛིན་གྱི་ཞི་ཅེ་འཛིན་མོད། ལྷང་གྱི་རིན་  
 སེགས། དེའི་མཆོམས་ཉིན་གཉིས་པོར་ཆོགས་རྒྱུ་ཁག་  
 བགོས་གྱིས་གོས་མེལ་གནང་བར་དེད་ཆོགས་རྒྱུ་བརྒྱད་  
 པའམ་ཅུའི་གྲང་ཅོར་རྒྱལ་སྤུས་དང་། དཀར་དཔོན། ཞི་ལྷ།  
 རྟེན་དག་འཆི་མོད་མགོན་པོ་སེགས་མང་། རང་སྤྱོད་སྤྱི་  
 སྒྲིག་གི་ལམ་སྤྱོད་འགྲེལ་བ་ལྟར་བཅས་དང་། གྲང་གོ་རྟ་  
 ཆོན་པོ། ཏུ་ལ་དང་པཎ་ཆོན་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་བ་ལྟར་



སེགས་ལ་གོ་བསྐྱར་དང་། བྱེགས་མཚུངས་བསྐྱར་བཅེས་  
 ཚོད་ལྷ་བཅས་པར་གྲུས་བཀྱར་ཞུ་མིན་བྱེགས་ཁག་  
 གཉིས་ཆགས་སོང་སྐྱམ་པའི་ལ་ལ་གཡས་དང་། འགའ་  
 ཞིག་ངེ་མི་གསལ་བ། དེད་ཆབ་སྤྱིད་གོ་རྟོགས་བཟང་པོ་  
 ཞིག་ཡོད་ནས་མིན་རུང་། བོད་ས་གནས་སྤྱིད་གཞུང་གིས་  
 མཁན་མིང་ཕྱིར་འཐེན་ཆད་བྱན་ཡོར་ཆེ་བཅན་འདིད་དང་།  
 བྲག་སྒྲའི་དཔོན་རིགས་ཚོས་ཀྱང་བརྟམས་བཅེས་ཆེ་བའི་  
 ཚོག་བ་བསམ་ནག་ཁོག་བཅུག་ལྷ་བྲུས་བསྐྱར་བཅེས་  
 དགོས་ཚུལ་གཡོན་བྱེགས་གྱི་གཏམ་བཟློད་བྲུས་པ་སྐབས་  
 དེའི་ཆོག་ཐོར་གསལ་ངེས་མཆིས། བྱི་ཉིན་སྒྱུན་བྲིས་ངལ་  
 བསོར་བད་ཕེབས་བཞིན་བོད་ས་གནས་སྤྱིད་གཞུང་། དཀ་  
 ཆེན་ནང་མ་སྒྲུང་། མདོ་སྒྲུང་ཇི་རྩའི་བཅས་གྱི་གསལ་སྟོན་  
 ལ་བཅུར། དེའི་བྱི་ཉིན་ཚོགས་རྒྱུ་འབྲུས་མའི་གཏམ་



བ་འད་ལས་ཚོགས་ཆུང་དང་པོས་གཙོས་རེ་ཆུང་གི་མིང་  
 གསལ་པེ་ཐོས་མིན་ཆ་ཚང་འབྲི་འགོད་མ་ཐུབ་ཅིང་།  
 བ་འཕ་གསལ་ཐོ་འགོད་གས་ཀེར་ཏྲགས་ཅན་ནམས་  
 བཙུམ་བསྐྱར་ལ་གས་ཏྲམས་བསྐྱན་སེང་སྒྲམ་པ་། དེམ་  
 བཞི་ཐུབ་བསྐྱན་རྒྱལ་མཚན། རོར་རྒྱལ་སྐས་བསེད་ནམས་  
 རྒྱལ་མཚན། གཞིན་ནུ་ཚོགས་པའི་འབྲས་མི་སྐྱ་བཙར་  
 མཁན་ཚབ། བུད་མེད་ཚོགས་པའི་འབྲས་མི་ལྷམ་སེང་ཆོ་  
 རིང་སྒྲེལ་མ། ཚོགས་ཆུང་བཙུ་གཙོག་པ་དེམ་བཞི་མདོ་  
 མཁར་བསེད་ནམས་རྟེ་རྟེ། ཚོགས་ཆུང་བཞི་པའི་ཕྱོད་བུ་སྒྲོ་  
 བཟང་སྐྱན་གྲགས། མདོ་སྐྱད་ལྷམ་རིགས། རོས་རིགས།  
 ཚོགས་ཆུང་བཞི་པའི་ཞོལ་ཁང་ཐུབ་བསྐྱན་ཉི་མ། རྒྱལ་ཕྱོ་  
 ཁྲལ་གཞིན་ཚོགས་སྐྱ་ཚབ་དེམ་བཞི་བསྐྱན་འཛིན་རྒྱ་མཚོ།  
 ཇི་སྐག་ཆ་རིང་། ཚོགས་ཆུང་བཙུ་བཞི་བྲགས་མཐོང་ལྷ་



དབང་གཡུལ་རྒྱལ། ཚོགས་རྒྱུ་ལྡ་པ་མ་ལའོ། བཀྲས་  
 ལྷན་མི་སེར་ཐམས་ཅད་ཚབ་འཁྱེད་དབང་ཕྱག་ ཚོགས་  
 རྒྱུ་དང་པོ་མཁན་དུ་ཏུ་སྒྲ་མ། ། ཚོགས་རྒྱུ་དགྲ་པ་ཏུ་  
 སྒྲ་མ་ནོར་བུ་སྒྲོ་བཟང་རྒྱལ་མཚན། ཚོགས་རྒྱུ་བདུན་པ་  
 བསྐྱལ་བཟང་དབང་ལྟུང་། སེར་ལྷན་གྱི་ཚབ་ལྟུང་བ་  
 མཁན་པོ། བོད་བསྐྱོད་ལས་བྱེད་ཡོངས་གྱི་ཚབ་བེ་རྩེ་  
 གྲང་བཅས་ནས་གསུང་བ་ཤད་དང་། ཕྱི་དྲོ་སྐྱ་ཚབ་ཚོགས་  
 པའི་གསེལ་སྟོན་ལ་བཅར་ཞིང་། དེབ་དང་ཇ་སྒྲག་སོགས་  
 གསེལ་རས་སྐྱལ། ཚོས་༡༡སྒྲིག་བཞེད་བད་ཡིག་ལེ་  
 ཚན་གཉིས་གསལ་ལྟར་ཚོགས་ཁང་མདུན་ཐང་ཆེན་སྟོང་  
 མི་ཚོགས་ཁྲི་གསུམ་བཅུ་ལ་དབུས་གྲ་ཞུའི་གསར་ཚུགས་  
 ཉེན་ལྗེལ་དགའ་བསུ་མཛོད། དར་ཆ་ལྟུང་མི་ཆེས་མང་  
 དེད་ནས་དཔེ་མཛོད་ཁང་གི་དར་ཆ་ལྟུང་མི་བྱས་འཁྱེད་



ལྟ་མེ་འབྲམས་སུ་སྒྲུབ། ཕྱིར་ནང་ཆོགས་ཞུགས་ཏེ་  
 དང་འདྲ་པར་ཡར་ལུལ་འབྲེལ་བྱི་དེབ་སྒྲུབ་དག་དང་།  
 གང་ཇོ་གྲ་ཅུའི་དྲན་ཏེན་ཁ་བྱང་འཁོད་པ་གསེལ་རས་  
 ལུལ་ཐོབ་བྱུང་། ཆོས་༡༤ཉིན་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མདུན་  
 མཇུག་ཁར་བཅར་ཞིང་། ཆོས་༡༥་ལྷ་སྒྲུའི་བྱང་འགར་  
 ཆོས་གསུམ་ཐང་དུ་དྲུང་འཁོར་ཙུལ་རྒྱགས་སར་བད་  
 གེབས་བཞིན་ལྟ་མེ་དང་། ཕྱི་ཉིན་གྲན་གཟིགས་མཆོག་  
 ལྷ་བྱང་དུ་ཆེབས་བསྐྱར་སྒྲིང་ཆུལ་སྒྲུ་ལྷིངས་སུ་གེབས་  
 བསྐྱེལ་བཅར། བད་བྱང་བཞིན་ཆོས་༡༧་ནོར་གླིང་སྒྲན་  
 གསལ་པོ་བྱང་དུ་ཏཱ་ལའི་གཟིམས་རྒྱུད་གསེལ་སྟོན་སར་  
 སོང་། གཟིམས་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་དུ་ཆོས་མཇུག་ཁར་བྱིམ་  
 བྱི་བཞོད་པ་དང་། སྒྲན་གཟིགས་(སྐབས་དེའི་  
 བད་)སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་མེ། མཆོ་དབུས་གཟིམས་སྒྲིལ་



ལ་འཁོར་གྱི་འཕྲི་བསྐྱེད་པ། མདུན་མཇུག་། (འདི་སེཌ་གྱུང་  
 སྐབས་དེའི་བར་)གཏམ་སྒྲུང་བྱུང་མཚར། གསེལ་རས་  
 ཏེན་བྱེན་འབྲི་སྒྱུག་པོ་བྱང་ཏེགས་བྱང་། གཟན་འགམ་བཟོ་  
 ཆས། ཅིན་ཁབ་ཡུགས་བཅས་གྱི་སྒྲུང་ཆ་དང་། གྲོ་མེར་  
 སེང་ནས་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་རིང་བསྐྱེལ་མཇུག་  
 སྐྱེར་དང་། བེ་ཅིན་དུ་བསྐྱེད་དེ་གཙོ་འཛིན་ཆེན་པོའི་ཞལ་  
 མཇུག། ཡུལ་ལྗོངས་ནམས་སུ་བལྟ་སྐྱེར་བྱས་པ་སོགས་  
 ཆོན་ཁ་ཅན་གྱི་སྒྲུང་བརྒྱན་བརྒྱན། དེ་སྐྱེར་གོང་ཆོས་འཁོག་  
 ཏུ་མཁར་འགོས་ཁོ་པ་དགོངས་ཞུས་གྱིས་དེ་ཞིག་ལྟ་མཁར་  
 བསྐྱེད་དེ་བྱི་བྱང་ས་ནས་བཀའ་ཆོས་མང་ཅོམ་ཞུ་རྒྱུར་ལྟན་  
 བཞུགས་བྱས་ན་གང་ཅིའི་ལེགས་ཆོར་ཆེ་ངེས་ལས།  
 མགྲོགས་སྐྱུར་མར་རྒྱགས་ཏེག་ཡེའི་དཔོན་པོ་བྱུང་པ་  
 འཕྲུལ་མཛེས་ཤུག་བསྐྱེད་མེན་རྩལ་སོགས་མང་པོས་



བསྐྱུས་ནའང་། སྒྲོབ་རྒྱུ་ལས་དོན་ལ་བྱུར་མེད་སྒྲུང་རྒྱུ་  
 བྱས་འདྲར་དགོངས་དེགས་དང་། ལྷ་ལྷན་དུ་འགྲོ་ཁར་  
 ངག་དབང་དཔལ་ལྷན་གྱིས་ངེད་ཁྱའི་གྲང་ཞིག་ཏུ་བསྒྲོ་  
 བཞག་གནང་ཕྱིས་འདྲག་ཅེས་བརྗོད་ཐོས་བཅས་གྱིས་  
 བྲེལ་ལངས་ཆོས་༧༧ཉིན་ཆོས་འབྱོར་ཁྱའི་གྲང་མཆོག་  
 དང་། ཁྱུང་ཁྱལ་གྱི་འབྲུས་མི་ནམས་དང་ལྷན་ལྷ་ས་ནས་  
 ཐོན་ཟླ་༥ཆོས་༥ཆབ་མདོར་འབྱོར། ཕྱི་ནངས་གྲང་རྒྱའི་གྲུ་  
 རིན། རིག་སྒྲོབ་ཁང་ཟློས་ཁྱའི་གྲང་། ཆབ་མདོ་དེ་པེ། ངག་  
 དཔལ་སོགས་སྐུ་བཅད། ཆོས་༤སྒྲོར་བྲག་གཡལ་ནས་ཁི་  
 ལ་ལྷེ་འཆང་དང་ལྷ་རི་རྒྱུད་ཡིག་གོ་བོ་གཉིར་པ། འཁོར་  
 ར་ཟླ་མས་མཆོན་རྗོད་སྒྲོ་ཁག་གི་འབྲུས་མི་ནམས་འབྱོར་  
 ཞིང་འདིར་ཡང་བདེ་ཐོ་ཆོགས་ཞུགས་བྱང་རྟགས་བཅས་  
 ཕེབས་མེད་དེ། སྐབས་འདིར་ཆམ་རིམས་བྱུ་བ་ཞིག་གིས་



བཏབ་ནས་བཅར་ཐུབ་མ་ཐུང་ཞིང་ཚོར་ཆེན་མི་གངས་

ལུམ་བུ་རྒྱ་ཕྱོད་ཡོད་ཆོད། རེང་མིན་ནད་དངས་

ཕྱོག་ཚུ་དུ་ལས་དོན་སྤར་བྱུན་བཞིན་དང་། ཟླ་༥པའི་

ཆེས་འགོར་ཆབ་མདོར་གྱུན་སྡོད་གནས་ཚུང་གཡུར་སྒྲུར་

དཀར་ངལ་ཆེ་སྟབས་གཉེར་ཚུ་ཆོ་བཏན་ལྷན་གྲུབ་ཙུང་

ནས་གཞུང་སྐྱུལ་ཕྱི་གས་བསགས་དངུལ་སྒྲིལ་ཉིས་སྟོང་

ལྷན་དེ་ཁང་པ་ཞིག་གསར་དུ་ཉེས་པར་སྒྲིམ།

ཚེས་༡༧གཞིན་ནུ་ཚེགས་པ་དང་། བསྐྱབ་བྲ་མང་པོར་སྒྲེ་

རས་དམར་པེ་གནང་སར་བཅར་ཞིང་། ཆེས་ལྷོ་བ་བྲ་ས་

ལྷ་སྒྲོར་ལྷ་སར་བྱ།      ཡང་གཞུང་ནས་བད་དུ་རྟག་གནས་

འདྲི་གསུང་བསྐྱོན་ལ་རྟེན་པ་བཞུགས་པའི་མཛུགས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་ཁུ་

གསར་ལྗོན་དང་། རྩོམ་ཐུང་མང་པོ་  
ཐོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་ལྟོ་ལྟོ་

འཕགས་པ་ལྷོ་པ་གཞན་མང་པ་ཁམས་སྤྱི་ལམ་ཁམས་ཁང་ཙམ་



ཐུགས་ཁུར་ཟབ་བཞེས་བྱིངས་ལྟ་ཅི། སྒྲོབ་ཕུག་ནམས་སུ་  
 སྒྲ་ལོར་ཁ་ཁྲེ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་དབྱེ་བའི་རབ་ལ་ཟླ་  
 དེར་སྒྲོར་སུམ་ཅུ། འབྱིང་ལ་སྒྲོར་ཞེ་ལྷ། ཐ་མར་སྒྲོར་དུག་  
 ཅུ་དའི་སྒྲོབས་གསེ་གསེལ་རས་དང་། འདི་ལོར་ཡང་རབ་  
 ལ་ཟླ་དེར་སྒྲོར་དུག་ འབྱིང་ལ་དགྲ། ཁ་ཁྲེ་དམན་པར་སྒྲོར་  
 བཅོ་ལྷ་དེ་གསེལ་རས་གནང་སང་ཐུགས་ཁྲེ་མཛོད་ལྟོབས་  
 ལ་ཅིའི་བྱུར་ཡིད་མི་རང་། ཆོས་༡༠ཉིན་རྒྱུ་མེར་བཅིངས་  
 འགྲོལ་དམག་འགའ་ཞིག་ལ་དཔའ་དར་གཟེངས་བསྟོད་  
 གནང་སར་བད་པེབས་ལྟར་བཅར་ཏེ་དེ་སྒྲོན་ནས་དབྱར་  
 སང་དགོངས་ཞུས་བཞིན་བྱེ་ཉིན་ཆབ་མདེ་ནས་ཐོན་སྒྲོ་  
 རོག་བརྒྱད་རང་དའི་འབྲེག་ས་ལྷག་ཚང་དང་། བེ་ལྷོངས་  
 སམ་བེ་རྒྱང་ཁུལ་སྤང་ཐང་དང་དེ་དོགས་འབྲུམས་བསྟོད་  
 གྱིས་གདོང་གོང་དུ་འབྱོར་དོ། དེ་ནས་བྱུར་ངན་ཞིག་ལ་



དག་བཤེས་ཐུབ་བསྟན་ཆོས་སྐྱེའམ་སེར་ཅེ་བེར་བ། རང་  
 དེས་དངོས་བརྒྱད་དུ་བཅོལ་བ་མེད་པར་ལྟ་སྟོང་སྒྲུལ་སྒྲུ་  
 རྒྱུ་བའི་དག་ཅན་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་ལྟགས་ཏེ། དེ་དང་སྒྲུལ་  
 སྒྲུའི་ཡབ་གཞིས་ཉི་དུ་མ་རུངས་པ་རེ་རྒྱུ་ངན་མཐུན་ཡང་  
 སྟོང་ཁོ་པས་གཉེར་བ་བྱ་འདུན་དམིགས་ཡུལ་ཁོ་ནས།  
 དང་གྲིས་སྒྲ་ཕྱིར་བོད་དར་བོད་དང་། རྒྱ་དར་རྒྱ་བཅར་ཕྱི་  
 ཕྱིགས་གཡོག་རྒྱགས་འབྲམས་བསྟོང་ལ་སྟག་ལ་བཏེན།  
 གཞིས་གཉེར་རིགས་ནས་ཆོ་མ་བེན་ཉམས་གཏང་ཁོ་ན་  
 ལས་མ་བྱུང་བ་བདེན་མདོག་ཁ་པའི་སྟོན་བརྟེན་དང་།  
 འདི་ནས་མངགས་བྱ་ཆོག་གཅིག་མེད་པར་ཁོ་པས་སྒྲུལ་  
 སྒྲ་རྒྱུ་བ་ལ་བཀའ་བཅུའི་མིང་བཏགས་གཏོང་བྱེད་ད་  
 སྟོར་སྟོང་ཕྱག་ལྟ་བུ་ལ་སྒྲ་འདོན་རིགས་རམ་བྱས་པའི་  
 སྟོན་ཆོབ་འཕལ་སྟོང་དང་། སྟོང་སྒྲུལ་སྒྲ་རྒྱུ་བ་དག་



བཤེས་མ་བཞག་འབྲུ་མེད་ཡིན་པས་དེའི་གཏོང་  
 དམིགས་ད་སྒྲོར་ཁྱིམ་ཕྱག་བཞུལ་བ་ལྟ་སྒྲིག་ཟུར་འཕེན་  
 དགོས་ལྷགས་སོགས་འཇིག་རྟེན་དུ་མི་འོང་བའི་བསྟོན་  
 ཏམ་བཅོན་གཏམ་དང་། མདེ་ཚོང་དང་སྒྲ་སྒྲེ་དགུར་ཚོང་  
 འབྲུལ་རྟ་དྲེལ་བརྒྱ་བཞུལ་ཇག་འོར་དང་། བྱའི་དེ་ཐེར་རྒྱ་  
 སྒྲོར་ཁྱིམ་གཅིག་བཀའ་སྟོན་སྒྲ་མས་རྒྱ་དགའ་བྱས་ཉེས་འབྲུ་  
 རུའི་ཁལ་ཁྱིམ་ཕྱག་སྒྲོར་བཅོན་བཅོམ་སོགས་གྱིས་དཔལ་  
 འཕྱོར་ཏམ་དམན་གྱུར་པ་དེད་གྱིས་པའི་སྐབས་བཞེན་གོང་  
 དུ་ཕྱད། དགོ་ཆེན་གོང་མ་དེ་ཞི་བར་ག་ཤེགས་རྗེས་བྱག་  
 སྒྲའི་སྒྲེ་མཛོད་བཟུང་བ་སོགས་གྱིས་རང་ཉིད་སྒྲིག་པའི་  
 འདམ་དུ་ཟུག་ཚབས་ཆེ་བ་ལས། གཏོང་སྒྲའི་སྒྲིང་ངན་  
 ལྟག་མ་གཟི་བརྗེད་གོང་འཕེལ་མ་གཏོར་ཏམས་པར་མ་  
 གྱུར་ཁར། ས་ཞིབ་དང་། གཉེར་ལས་བྱེད་དོན་མ་གོའི་



བྱེད་བབ་གྱིས་མཚོན་ལག་ལ་རྒྱན་རུ་འཛིངས་གཏོང་བླའི་  
 ཆོས་གཞིས་འཛིན་དབང་ཚུ་ཆེན་གྱ་ངན་ལྟར་འཕྱོལ་སྒྲིང་  
 སྐབས་འཚོ་སྤང་ཅི་ཐུབ་བྱས་པས་མ་ཚད། སྤྱལ་ཚུང་འདི་  
 ད་གཏོང་བླའི་གནས་སྤྱད་པ་ལ་ལེས་རང་ཉིད་གྱིས་བཞེད་  
 དར་སེང་བ། ད་ཆར་སྒྲིག་སྒྲིག་གཏམ་ངན་བྱུང་བས་ད་  
 གྱིས་བསགས་འཁོར་བསྐྱངས་པའི་ཕྱི་རྒྱ་ནང་བཅུད་ཚང་མ་  
 བསམ་ནག་ཁོག་བཅུག་དག་པོའི་ལག་བཞག་ངན་གཡེའི་  
 དམིགས་ཡུལ་འགྲུབ་པ་བྱ་ཐབས་རྒྱུ་ལ་ལ་བཏེན། ས་  
 ཁང་གིས་མཚོན་ཏེན་གསུམ་སོགས་གང་ན་ཅི་ཡོད་སྤང་  
 མེ་ཆབས་ཅིག་སྒྲིང་གཞུང་མདུན་འབུལ་རྒྱའི་སེམས་ཐག་  
 གཙང་བཅུད་གྱི་རང་བཞིན་ཁོང་ན་གནས་པའི་ནམ་འགྱུར་  
 ཡན་བྱ་ཐོན་འཁོར་ཕྱིད་པ་ནི་ངར་ཇི་ཆོས་འཇུག་ལག་  
 རྒྱག་བྱ་ཕྱིས་ལ་ངེད་འཁོར་བཅས་ནས་ལག་འཐབ་མ་



སྒྲེབས་ཞང་ཚང་ལྷ་བྱམས་སུ་བློས། ཆབ་མདོར་བདེ་ཐར་  
 ཐུབ་མིན་བཏེན་འདུམ་སྒྲིག་ཁང་ངག་དབང་དཔལ་ལྷན་  
 སར་རྒྱ་མཚན་ལམ་པན་རྩྭ་འཕྲལ་དུ་བྲིམས་སར་འགྱུར་  
 དམག་གཏོང་གྲོགས་ཞེས་ཞུ་ཡིག་ཡུལ་ཡང་དོན་སྒྲིན་མ་  
 བྱུང་ལྟར་ལྷ་བྱམས་ཞང་ཚང་མི་དོན་མས་ནས་བྱུང་། རྟེན་  
 གྱིས་གདོང་བླ་མཐུའ་ངན་བཏང་སྟེ་ཁ་དབང་གཞུང་འབུལ་  
 འར་སྒྲུང་གནང་བའི་བཟོ་འཁར་འདི་ལྟར་ན། ཁོང་ཚོར་  
 ཐུག་བྱས་བཀའ་བཀྲོན་དགོངས་པེག་སྒྲུང་བློས་བདེ་མིན་  
 ཡོང་དོགས་ཞེས་དང་། ཆབ་མདོར་བློས་འགག་གནང་ན་  
 མདའ་རྫོང་ལྟ་བུར་ཕེབས་མཚམས་དེ་ནས་ཅི་མཛོད་བྱིད་  
 མཁྱེན་ལས། ཁ་དབང་གཞུང་འབུལ་མཛོད་བཞེད་འདི་  
 ཐོག་ཁོ་ཚོའི་བྲིམ་ནས་ཆེད་བཟོངས་བྱས་འདྲ་གོང་ལྟར་བློ་  
 འགན་བཟོད་བུལ་བེར་བ་བཅས་པས་རྒྱལ་ནས་གསོད་



དམ་བཟུང་ཉེན་དང་། དེ་མིན་པན་ཚུན་རྒྱལ་ལངས་རིགས་  
 ལག་འཕྲུབ་ཡོང་བཟེའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་བུང་བེང་ཡོང་ངང་།  
 དགོ་བ་ཤེས་སེར་ཅེས་གཉེར་བ་བྱ་ཅེས་ཕྱིར་འཐེན་དང་།  
 གཉེར་བ་སྐྱལ་སྐྱལ་གཉེས་ཕྱོགས་ནས་ཚབ་རེ་བཙུགས་པའི་  
 རང་ཕྱོགས་བུང་བཟང་ཞེ་མི་རངས་བཞིན་མི་འགྲིག་ཟེར་  
 དགའ་བ་ཁ་ཁྱ་བྱམས་བྱ་སྒྲོ་བཟང་ཆོ་དཔག་དང་། ཅིག་  
 ཤེས་ཁོ་པ་སེར་ཅེའི་དགོ་ཕྱག་གི་བྱིམ་ཚང་སེ་བྲི་བར་  
 ཤེས་ཚང་མི་ངོས་བྱ་རྒྱ། རེད་མི་བདག་བདག་ཏུ་རེ།  
 བདག་པེ་སྒྲི་ཕྱིར་འདོན་དཔེ་ལོ་ལྟར་འབྲུ་ཁལ་རྒྱག་ཏུ་རེའི་  
 ཕོགས་ཕྱོག་ཏུ་སྒྲོད་པ་ལས་ལར་རྒྱའི་ཁག་ཁུར་མི་དགོས་  
 པར་གཤོང་སྒྲའི་གཞིས་ཀ་པལ་ཆེ་མ་ཟེས་བྱ་ལོན་ཁོངས་  
 དང་། དགོ་བ་ཤེས་གཏོང་དམིགས་སྐྱུ་ཟུར་འཛིག་བྱ་རྒྱའི་  
 འདུམ་བྲ་ཞིག་བཟོས་ཏེ་ཁ་ཁྱ་བྱམས་བྱ་དང་། ཁོ་པའི་དགོ་



ཡུག་ངག་དབང་ནམ་རྒྱལ་ཟུང་གིས་གཉིས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆབ་  
 བྱས་ངན་ཐག་བཅད་ཚུལ་གསལ་བ་གན་རྒྱལ་ཁ་བུས་  
 བཅན་དབང་ཡི་གེར་ཉན་ཐབས་བུལ་ཡང་འཕུལ་མར་ཅི་  
 བྱ་ཉེལ་བུལ་ཆབ་མདོར་ཐར་བསྐྱུན་ཁྲིམས་གོང་མདུན་  
 བསྐྱུར་ཅོད་བྱ་རྒྱུ་འདུན་པ་སྟོང་ལ་བཞེད་དེ་རེ་ཞིག་སྒྲུང་  
 མེད་ངང་། ཟླ་འཛེས་འཁར་ཇོང་བཅེངས་བཞེལ་ཅུ་ཡོན་  
 ལྟན་ཚོགས་དང་། བྲག་ཟླའི་ལས་སྡེ་ནས་དབྱེན་འདུམ་  
 ཚོགས་འདུའི་ཐོག་དང་། ཆབ་མདོ་ནས་ཆོས་ཚོགས་ཅུ་  
 ཡོན་རྒྱས་འཛེམས་ཐོག་འབྱེར་དགོས་བཀའ་ཡིག་རིམ་  
 གཞིའི་བཞེད་དང་ཕྱི་དྲུག་དམ་དུ་འབྲེལ་ཞེས་དབྱེན་  
 འདུམ་བསྐྱེད་ཅེས་གྱིས་དེར་སྒྲེབས་སོ། ཆོས་་་་ནས་  
 ཉིན་གསུམ་རིང་ཇོང་གི་ཁེ་རྒྱུ་སར་སོང་། མ་རུངས་  
 གདོན་འདྲེའི་རྒྱུ་གྱིས་ངེད་སྒྲེབས་འགོར་གྱུར་པ་ལས།



ཆབ་མདོར་ཨུ་ཡིན་རྒྱས་ཆོག་ས་སྒྲོར་གྱི་ཆོད་དོན་ཞེས་ང་  
 མེད་དང་། ཀམ་པ་སོགས་གྱི་གསུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཚུལ་  
 འབྲི་ལྟར་བཅུས་ཏེས། ཞེས་དང་། བསྐྱར་བཅུས་ལོ་ལྟར་  
 ངང་འཐེན་སོགས་ཕྱིད་རྒྱུན་ས་ཁང་གཞུང་འབུལ་ཞུ་  
 སེམས་གྱི་འགལ་ལྷ་སྒྲིང་ལ་ཆོར་མ་ལྟར་བྱུག་པའི་ཡིག་  
 རྒྱུག་འགའ་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱས་སོང་བ་ཏེ། ཞར་དུ་སྒྱི་  
 མཛོད་མཁར་འགོ་ལྟ་སར་སྒྲོད་ལུས་ནས་ཁོ་པ་དགོངས་  
 བྱོལ་བྱུང་ལུགས་ལས་སྒྱུར་ཡི་གེ་བཏང་འདུག་པ་ཅི་  
 འགའ་གྲོས་བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཆོག་ས་འདྲར་ཡང་འཕོད་དོན་  
 ཞུགས། ཆོག་ས་འཛམས་ཐོག་ལྟེ་མེ་འབར་ནས་གདོང་  
 གོང་ལྷ་བྱང་གི་ལར་རྒྱ་འཛོ་སྐྱུང་མི་བྱེད་པའི་ངན་སྒྲིང་འདི་  
 ལུར་མི་མང་བྲིད་ནས་གསར་བཛུའི་སྒྲོལ་ལྟར་སྒྲོ་ཁར་  
 རམ་སྒྲོན་དགོས་པ་ཡོང་སོགས་བརྟན་དམོད་ཆོག་མཆོན་



ལྷགས་མེར་ལངས་པ་ལྷ་བུ་བྱས་མེད་གསར་བརྟེན་  
 ལྷགས་ཀྱི་རམ་སྟོན་བདེན་ཏུན་གོ་ག་ནས་བསྟོལ། ཡང་  
 སྟོང་འདྲེ་ལས་ཐན་གྱིས་བྱམས་པ་ཞིག་འདི་ཆོས་བཞག་  
 རོགས་བྱེད་མི་ཡོང་སྟམ་སྟེ་མཛོད་མཁར་འགོ་མུ་མཐུད་  
 བཞགས་ཐབས་ཞུ་བྱ་གོས་ཆོགས་སྟེའི་བསམ་འཆར་ལ་  
 ཡིད་མཐུན་བྱས་པས་མི་ཆད། དགོངས་པ་གནད་ཐལ་མ་  
 འཁོར་བ་ཞེས་པའི་གོང་བཀའ་མཆོན་འཁོད་སྟན་ཞུ་དང་།  
 (འདི་འདྲའི་ཡིག་བཅེས་ངེས་པར་འགབ་མིན་ཡང་སྒྲབས་  
 དེའི་ཆོག་བརྟེན་སེར་བཞག་བགྱིས། ) ཁོ་པར་བསྐྱར་ཡིག་  
 ཁག་གི་ཟེན་བྲིས་བཅོ་རོགས་བྱས། འདི་སྟོར་ཏོང་གི་བྱ་  
 རིན་དང་རྩའི་བྱ་རིན་ནམས་རིམ་པ་འཕར་སྐད་བཏེན། དེད་  
 མཁར་འགོ་དང་མགོན་ཆེའི་ག་ལམ་དུ་ལུས་ན་དེ་ཆ་ཁ་  
 སྟོངས་ཆེན་པོ་ཡོང་སྟམ་དེ་དོན་སྐད་བསྐྱར་སྟོ་བསམ་



བརྒྱད་ཨུའི་རྩ་ཇིར་ཞུས་པས། དེ་སྒྲིན་གྱི་བྱས་བབ་དང་  
 དུད་སྒྲི་གང་ཐད་ཁོང་གཉིས་གྱི་འོག་ལྷས་མི་སྤྱོད་  
 གསུངས་ཆབ་མདོ་ལས་ཁུངས་འགྲུ་ཏུ་འབྱལ་རྒྱུའི་ཡི་  
 གེ་ཡང་སྤྱི་སྤྱོད་བཞིན་ཆོས་བཅུ་དགུ་ཉིན་དབྱེན་འདུམ་  
 ནས་ཐོན་མི་སྤྱོད་དང་། ཕྱིར་ནང་དབྱེལ་དམ་ལྷ་ཞབས་  
 ཚང་སར་བསྐྱད། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་ཁྱེད་གཏོང་གནང་  
 འདུག་པ་བཞིན་ཆབ་མདོར་འབྱོར། གཙོ་འཛིན་ནམ་པ་སྤྱི་  
 དང་། སྒྲིན་སངས་བཞིན་ཆོས་ཀྱི་འཁྱེད་ཁྱེད་ཀྱི་རིན་  
 མཆོག་མདུན་ཆོད་བཅར་མཇལ་དར་ཅེ་སྤྱོད་གྱི་དབུགས་  
 དབྱུང་གཟེངས་བསྤྱོད་ཐོག་ཞུ་དོན་ནམས་ཡི་གེར་འགོད་  
 འབྱལ་མཆོམས་གྲོས་མེལ་འབྲས་པའི་གསེར་བཀའ་དང་།  
 ཨུའི་རྩ་ཇི་ནས་བསྐྱར་བའི་ཡི་གེ་དང་བཅས་རིམ་པའི་  
 སྒྲིར་ཡང་འཆོར་འཛིགས་ཆེ་བཞིན་ཟུར་ཅོམ་ཞུས་པས་



འཁོར་ཏུ་དབྱེས་ཚུལ་བསྟན། དགོངས་མེ་སྒྲིབ་གྲར་ཕྱིན་  
 སྒྲུབས་གྲུའི་ཞའོ་གྲང་ནས་རིམ་པ་བཅུ་བཞི་པར་འཕར་  
 བའི་ཕྱོགས་སྒྲུལ་གནད་འདུག་པ་ལྟར་ན་སྒྲུ་ས་ནས་བབ་  
 འོས་མེད་བཞིན་བོང་བ་གསེར་གཟེགས་བཞོད་སྒྲིག་  
 གནད་བ་ལས། སྒྲི་རྟོང་ལྟར་མི་རྒྱུའི་ངོ་བརྟན་གྱི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བ་ཞིག་མིན་པའི་ཏང་གི་སྤྱི་དྲུས་ལ་དགའ་བུས་  
 ཡིད་ཆེས་དང་། ཞབས་ཞུས་དང་ཕན་ཐོགས་ལ་མ་དཔག་  
 པའི་ཕྱོགས་ཐོབ་ཞུས་པར་ངོ་ཚ་དང་འཛིགས་སྒྲུང་ཡང་  
 སྒྲེས་སོ། ཟླ་བ་དགྲུ་པ་ཉིས་བཅུ་གསུམ་ཕྱི་མའི་ཆེས་གསུམ་  
 ཆེས་ལུགས་དོན་བྱེད་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་གསར་ཚུགས་ཨུ་  
 ཡོན་རྒྱས་འཛུམས་ཆོགས་འདུར་ཕྱིན། གྲུ་ཞའོ་གྲུལ་ཚུང་  
 ཅིང་ཁྱང་གྲུ་རིན་མཆོག་དང་། སྤང་མདའ་སྟོན་ནས་  
 གསུངས་བ་ཉད་གནད། ཕྱིར་ནད་བྲག་གཡབ། ལྷ་ཐོག



གོ་འཛེ་གསུམ་གྱི་ཚོགས་ཆུང་ཕྱི་ཀྱང་གིས་ཆེས་དང་  
 རང་མེས་སྒྲོར་གོ་བསྐྱར་བྱས། དབྱེན་པ་གཉིས་ནས་ཨེ་  
 ཇིབ་རྒྱལ་ཁབ་ཏུ་བཅན་འཇུག་ཆེས་མི་འཆམས་པའི་སྤྱོད་  
 ངན་བྱེད་པར་ངེ་རྒྱལ་ཐང་ཆེན་སྟེང་མི་དམངས་ཚོགས་  
 འདུ་མར་སློབ་ཆུང་གི་ཚབ་བྱས་བཅན་འཇུག་པར་རྒྱལ་  
 སྟེང་བཏང་། ཚོགས་ཆུང་གི་བསྐྱབས་ཞུ་རིགས་དང་།  
 ཆེས་༡༠ཉིན་ལས་འཛིན་རེས་བབ་ཚོགས་ཆུང་སེ་སེའི་  
 གཏམ་བཤམ་པ་ནམས་གྱི་མིང་འཕྲོད་ཞུ་ཆོག་པའི་སྐལ་  
 བཟང་བྱུང་པར་ཅན་ཐོབ། ཆེས་ཚོགས་གྲོལ་ནས་སློབ་ཆུང་  
 ཞའོ་ཀྱང་གི་ཞོར་ལྷོགས་སུ་ཆེས་ཚོགས་རྒྱན་ལས་ཨུ་  
 ཡེན་ཁོངས་ཞུགས། ཞིབ་དཔྱད་པ་ངག་དབང་དཔལ་ལྷན་  
 སར་ཐུབ་ཆེས་དང་ངེད་ཁག་གི་ཕྱི་དོན་ཞུ་ཐོ་གདོང་གོང་  
 གི་ས་ཁང་ནམས་བསྐྱར་བཅེས་ཆོད་ལྟའི་ཁོངས་བཞེས་



གྲུབ་དོན་སྒྲིང་ལྡན་པ་ཡུལ་ཞིང་། གྲུན་འདོད་པ་རྗེ་ག་པོ་  
 ཐེངས་མང་འབྱོར་ཡང་འཕྲོང་ལྷགས་ཀྱུ་བ་ཏུ་ཚྱོད་སྟབས་  
 ངན་ཆལ་བྱས། ཟླ་བ་བཅུ་གཉིས་པ་ནང་རིན་པོ་ཆེ་དཔེན་  
 ཚུང་སྒྲུལ་སྒྲུ་མདུན་ནས་འདོད་ཆེས་ཁ་ཀྱེས་ཞུས་སོ།  
 དམངས་གྲིས་མཐོང་ན་འཛིགས་སུ་རུང་བས་ཁང་པའི་  
 ཡང་སྒྲུག་སྒྲས་དགོས་ཀྱིང་། དམངས་གྲི་བདེ་སྒྲུག་  
 གཟིགས་མེ་མེ་མཐོང་སྒྲིང་བདེ་མགོན་གཉིར་བརྒྱུད་  
 དགོས་པ། དམངས་ནས་ཀྱུ་བ་བྱའི་ཆོག་མཆོན་ཏེ་ག་  
 འདེབས་འབམ་ནད་སྒྲིང་པའི་སྒྲིང་ལམ་ཅན། དམངས་  
 དང་མི་འདྲེ་བཟང་པོའི་བཙོན་ར་སྒྲི་སྒྲིང་དཔེན་གྱི་གནས་  
 ལས་ཐར། གསར་པའི་དཔལ་ཡོན་འཛོ་བ་དུས་འཇི་ཡིད་  
 བཞིན་ནོར་བྱའི་ཏོག་མཛེས་ཀྱིང་། གསར་ཐོབ་ཡིད་  
 མཐུན་སྒྲིང་ལམ་བག་ཡངས་འཇུག་ན་བདེ་བའི་སྒྲི་ཆོན་



གདངས། གསར་བཞེད་ལོངས་སྤྱོད་འདོད་ཀྱི་བཞེད་  
 རྒྱུ་ལྟ་ན་སྤྱུག་པའི་བཟོ་དབྱེབས་ཅན། གསར་བཟླའི་  
 ལྷགས་བཟང་གཞལ་མེད་ཁང་དུ་བདེ་སྤྱུག་འཇུག་པའི་  
 གོ་སྐབས་ཐོབ། བདེ་འབྱེད་འཛོལ་བ་སྤྱོད་མེད་ཐོབ་བདེ་ཅན་  
 ཞིང་གི་བཞེད་པ་ཅན། བདེ་ཐོབ་འཇིག་རྟེན་འདི་ཡི་བདག་  
 དེ་དུ་ལྟའི་བྱིས་པ་འདི་དག་སྤྱོད། བདེ་སྤྱོད་རིག་པའི་ཆང་  
 གཞི་འདིང་བ་གཟི་བཟླེད་སྐལ་བ་ཆེས་སྦྱེས་མེད། བདེ་  
 མེད་གཡང་མཐོར་བང་ཕྱིལ་འབྱུང་འགས་ཉེག་གི་དཔོན་  
 ཞེས་དྲེགས་པས་འཕྱ། སམ་གྱི་ཁས་བསྐྱུན་པོད་ཡིག་བདེ་  
 སྦྱོབ་བྲིད་ལྟང་ལས་མིན་ལག་ཕྱིལ་ཞེས། རྒྱ་ཆེན་མཁས་  
 ཀུན་མགྱོན་པ་གཅིག་མེད་དགོ་རྒྱ་བ་འད་པའི་རྒྱགས་  
 ལེན་མཁན། ཟན་ཆང་ལག་བཟེད་ངང་ཐུང་དག་གི་འབྲས་  
 ཐུ་མི་མདོན་སྦྱོབ་གཡོགས་ནི། འཁོས་ཆུང་ཆེངས་པའི་



བྱིད་སྒྲངས་དེས་གྲང་རང་བཞིན་སྤྱ་མེའི་བསྟོན་པ་བྱས།  
 འགའ་ཞིག་རབ་འབར་མེ་དཔུང་དབུས་ཅུན་ལ་ལ་མཁའ་  
 དབྱིངས་བྱ་ལྟར་ལྗོང་། སལ་ཆེར་འོད་གྱེ་རང་བཞིན་ངེ་  
 ལྟར་ལྟས་ཅུལ་འདིས་མཆོན་སྟོབས་ཆེན་འཕུལ། མངོན་  
 སུམ་མཐོང་བས་བསྟོན་བྱ་བུལ་ལས་ངེས་སུ་དཔག་པས་  
 གཞལ་དགའ་བ། བདག་བྱིམ་གཅེས་པའི་འཆོ་བ་དེས་  
 གྲང་མི་འགྱུར་བདེ་དགའི་ཆོར་བ་བཏུས། བདེ་ཅན་ཞིང་གི་  
 རོ་མཆར་བོད་དུ་འབོད་པའི་བྱ་མ་ཏ། རང་ལྗོངས་ཞེས་  
 གྲགས་བྱིམ་ཆེན་གསར་འཛུགས་གྲ་སྒྲིག་ལས་འགལ་རོ་  
 མཆར་ཅན། དགེ་མཆོན་ཉམས་འགྱུར་མཐའ་སྒྲས་ལས་  
 ཐོབ་དགའ་མཆོག་དེས་དྲངས་དངོས་གཞིའི་དཔལ།  
 གཉིད་གྱིས་ནོན་པའི་ཆེ་ལམ་ན་ཡང་ཕྱིང་བའི་སྐལ་བ་ཅི་  
 མ་རུང་། ཆོས་མིན་སྤྱིད་མིན་གསར་མིན་རྟོང་མིན་བཏན་



མིན་ནམ་དཔྱེད་ཅན་མིན་འགས། གང་ཡིན་ཅི་ཡིན་སྟེ་  
 ཡིན་འདི་ཡིན་ལྟ་ཡིན་འདྲེ་ཡིན་མ་བརྟགས་འཁོར་། ཟླ་  
 མར་བཀུར་འོས་རྒྱ་མཚན་ལ་མིན་མིང་དང་ཆས་ལ་  
 རྩེངས་དང་ཅན། དེ་དག་མགོ་བོས་བུམ་པ་བཟེད་ལ་  
 གཞན་གཡམ་རྒྱགས་ལས་གཏན་ཆོགས་མེད། མང་པོས་  
 ལྟ་ཞེས་བཀུར་བའི་ཆེ་ཡང་མི་བཟང་ཞིག་ཏུ་འང་ཐེ་ཆོམ་  
 བཞིན། ཆང་མས་འདྲེ་ཡི་བྲལ་དུ་ཡུད་སྒྲུབས་སྒྱུན་རས་  
 གཟེགས་སྟེ་སྒྲུབས་སེ་སྒྲད། ཟླ་མ་མིན་ཞེས་མངོན་མཐོར་  
 བསྒྲགས་པ་སྟོང་ལ་ཆོར་མ་ལྟར་བྱུག་འགས། རྩོན་ཆེན་  
 གཏོར་བ་ཞིག་མགྱིན་པ་བཏེག་ལ་སྟེ་ཡིས་དངོས་དོན་  
 བདེན་པར་འཛིན། ཆོས་ལྷགས་དད་པ་རང་མེས་ཅན་དང་  
 ཆོས་ཀྱི་ལྷགས་བཟང་སྟུང་སྟོབ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་མེས་དཔོན་  
 རྩེངས་པ་སྟེར་བྱེད་ཆོས་ལ་བཀུར་བསྟེ་གཟེངས་བསྟོན་



གྱིས། ཆོས་ལྷགས་དོན་བྱེད་ཅུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་ཆོས་བཞིན་  
བཅུགས་པའི་སྤྱི་དྲུ་དང་། ཆོས་མཐུན་འཛོལ་བའི་དགའ་  
སྟོན་ཆོན་པའི་ཆོས་བྱེད་མིང་འཛིན་ཁོ་བོས་བྱེད་། ཆོས་  
ལྷགས་པ་ཞེས་ཆོས་པར་རྩོམ་ཏེ་ཆོས་ལ་ངན་སྤྱི་བསྐྱེས་  
པ་ཡིས། ཆོས་དང་མི་བསྐྱུན་ཆོས་མིན་བཅོན་པོས་ཆོས་  
དང་དང་མོས་ཆེར་འཕྲོག་སྟེ། ཆོས་བྲིམས་སྟོམ་མཁན་  
ཆོས་དང་རྒྱབ་འགལ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཅོར་གཏོན་མཁན།  
ཆོས་པས་མི་འོས་ཆོས་སྤྱི་བྱེད་དབང་ཆོས་བཞིན་བསྐྱུར་  
བ་ངེས་པར་རིགས། ཆོས་འབག་གྱོན་ཏེ་ཆོས་དང་རྒྱབ་  
འགལ་ཆོས་མིན་གདུག་རྩུབ་འབྲུག་ཡོང་ཅན། ཆོས་ལ་  
བསྐྱེད་བཏགས་ཆོས་འགལ་བྱེད་དབང་ཆོས་སྤྱི་མཉམ་  
བསྐྱེས་ཡུན་རིང་དུ། ཆོས་ལྷར་བཅོས་པའི་ཆོས་མིན་སྤྱི་  
པས་ཆོས་ཉིད་བཞིན་དུ་འཛིན་འདོད་ནམས། ཆོས་པའི་



ཞབས་འདྲན་ཆེས་གྱི་ཆེས་པེ་ཆེས་ལྷགས་བསྐྱབས་མཁན་  
 མངོན་སྤྱུལ་པ། ཁ་མཚུའི་མི་གཙང་གཞན་ལ་གཏོར་ཕྱིམ་  
 ཞར་དུ་རང་མགོ་ཐལ་བས་ཡོགས། གཞན་འབྱོར་འཕྲོག་  
 སེམས་ངག་ཆེན་བརྒྱབས་པར་མ་བརྟགས་རང་ཉིད་ཐོབ་  
 དོད་ལྟུང་། ལྷན་བྱེད་དེ་ཆེན་གཞན་མགོར་གཟེར་བར་མ་  
 ཆོར་རང་གི་རྒྱང་པ་བཅུག འདི་དག་བྲག་ལྗོངས་ཡོག་  
 ལྷོད་དཔུང་དང་སེར་ཅེ་གདུག་པའི་དག་ཐབས་ཡིན།  
 གསེད་པའི་རལ་གྱི་སྒྲིང་ལ་གཟེར་བར་མ་བརྟབ་འཆིང་  
 བའི་རྒྱ་ལ་ཐེབས། བཟུང་བའི་ལྷགས་སྒྲོག་སྒྲེ་ལ་འཕངས་  
 པ་ལྷ་རྒྱ་བརྟལ་བའི་བམ་པར་གྱུར། ས་མཁར་ངན་སྒྲིད་  
 བྱུང་དབང་འཕྲོག་པས་ཆེས་ལྷེ་དེ་ཡི་བྲིས་པེ་ཕོག འདི་  
 དག་གསར་བཛེའི་བུ་རྒྱུང་བདག་གི་རྒྱུན་ངན་གྲོགས་འཁར་  
 ལོ་རྒྱས་སྟམ། ལྷེ་ཆོགས་དུས་གྱི་འཕོ་འགྱུར་ཆེན་པོར་



འཕྲུབ་རེ་འཁོར་དོགས་སྤྱིད་དང་ནོར། ཞའོ་གྲང་དང་  
ཕོགས་ཕྲོབ་ཅམ་དང་མངའ་བདག་ཚབ་གྱི་བཅུ་ཆ་ཅམ།  
དངོས་དང་བརྒྱད་པས་འབྲུག་ཡོང་ཅན་ཕྱོགས་གཡང་ས་  
ཆེན་པོར་མ་ལྷུང་བའི། མཐུན་རྒྱུན་བཟང་པོ་འབད་མེད་  
ལྷན་སྐྱབ་དག་པོ་དེ་ཆོའི་བཀའ་དྲིན་སྙམ། ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
བར་སྐབས་གྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ།།

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༧་དང་གི་བབྲང་བྱ་དྲུག་ཅུར་སེན་པ་  
བོད་མེ་བྱ་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་སྐབས་གཙོ་འཛིན་ནམ་  
པར་བཟ་འཁོས་བདེ་ལེགས་ཏེན་འབྱུང་མཇལ་དར་གོང་  
མཚུངས་ཕྲོག་སློབ་གྲུའི་དགོ་ཆེན་ནམས་ལ་སྤྱིན་གསུམ་  
དང་ལྷའི་ཕྲོག་ཆུ་ཆོད་གསུམ་རིང་སུམ་རྟགས་བྲིད། འདི་  
དག་གི་སྒོར་སྒྲིགས་བམ་པོད་ཆེན་ཞིག་ཏུ་ཡོངས་ངེས་  
འབྲེལ་ཆེན་ལྷ་སྐྱེའི་གྱི་སུམ་རྟགས་སློབ་དེབ་ཆེན་པོ་ཞིག་



ཐོན་རེའི་བཅོམ་པའང་བསྐྱེད། ཟླ་ལ་ཆོས་་་་སྒྲོལ་མདེ་སྒྲོལ་  
 མངའ་ཁུལ་ཐེངས་ལྔ་པའི་མི་དམངས་འབྲུག་མའི་གྲོས་  
 ཚོགས་ཀྱི་ཚོར་ཞུར་བད་ཐོ་ཐེབས་འཁོར་། བྲག་གཡལ་  
 མགོན་ཆེ་མོར་སྒྲོལ་ཐེབས་ཚོར་པ་དང་མཁར་འགོ་མོར་  
 འཕྱོད། ཆོས་་་་ཉིན་ཚོར་ཆེན་དབུ་རྒྱུ་གཙོ་འཛིན་ནམ་  
 པས་གསུང་བ་འདད་དང་བཅོས་བསྐྱར་བྱེད་འཐེན་གྱི་  
 གནད་དོན། ཡུལ་ལུང་བདེ་འཇུག་སྒྲོལ་མོར་གྲོས་བསྐྱར་  
 བྱས་མེད་། གདོང་གོང་ས་ཁང་གཞུང་འབུལ་བསྐྱར་  
 བཅོས་ཞུ་བ་མཐའ་གཅིག་བྱས་ཆེ་བྲག་ཟླ་ལྟ་ཅི་མདེ་སྒྲོལ་  
 རྫོང་སྒྲོ་བྱིངས་ནས་ཀྱང་དགའ་མིན་མ་ཐུབ་དག་པོ་གཅིག་  
 ལས་སྒྲོང་འཕེལ་ཡོང་གཞི་ཞེས་དགའ་ཉེ་ཡིན་རྒྱ་བ་  
 འགས་ཟླ་བའོན་འཇུག་བསྐྱེད་མ་ཟད། ཞུ་གཞུགས་བྱ་སའི་  
 བྲིམས་དཔོན་ལྟ་བུ་དག་དཔལ་ནས་ཀྱང་། ད་ཆ་བསྐྱར་



བཅོམ་ཕྱི་འགྲངས་ལ་ཚང་མས་ཡིད་མཐུན་གྲས་བཀུར་ནུ་  
 བཞིན་པར། ཉིད་ནས་གདོང་གོང་ས་ཁང་གཞུང་འབུལ་  
 བསྐྱར་བའོད་རེ་བའི་ནམ་པ་བསྐྱན་ཡང་བཞེས་དགའ་  
 བོད་མ་དག་གྲང་ལྷག་ཏུ་ཅི་མཉེས་མེད་པའི་ཁར་རང་  
 ཉིད་བྱ་རོག་ལྷས་དགའ་ཡོང་གཞི་ཁོ་ན་ཞེས་སྟོང་གཏམ་  
 འོད་ཁུལ་དང་། མཁར་འགོ་ནས་གྲང་བྱེད་བསྐྱེགས་ཅི་  
 དེའི་གྱིས་ཟླ་འཛོམ་འགར་དེད་དང་དག་བ་ཤེས་སེར་ཅེའི་  
 རོ་ཚབ་གཉེས་བར་སྒར་ལས་ཕྱང་བཅོམ་བར་གཟུ་བཏང་  
 བར་མ་ཉན་ག་མེད་དུ་གྱུར། འོན་གྲང་དེད་ཐུན་བྱའི་ཕྱོག་  
 ཐོབ་སྟོང་སྟོང་དགོས་དང་། གཞིས་འབབ་ནམས་བཀུར་  
 བཅུ་དང་དག་བ་ཤེས་གཏོང་སྟོའི་དམིག་སྟོར་འཛོག་  
 དགོས་སྒར་ལྷུ་བཞེན། ས་ཁང་གཞུང་བཞེས་ཀྱི་དུས་  
 ཚོད་ཅིག་ནམ་ཡོང་ལ་ཆར་སྟོང་བྱེའུས་གནམ་ཚུ་ལྟར་



བསྐྱུར། རྗེས་སུ་སྒྱུ་ཚོར་འཕེ་འབྱུར་གནས་ས་གཡེ་བ་ལྷ་  
 བུའི་སྐབས། རང་ལ་སྤྱོད་གཞུང་གི་བྱེ་བྲང་གི་མིང་དང་  
 དེའི་ལྷ་ཕྱོག་ཅམ་ལས་ཐོབ་ཤོར་རེ་དོར་ཆེ་བ་གཞན་མེད་  
 ཁར། གདོང་ལོང་གི་གཞིས་ཁང་ཁ་དབང་ཞེ་གནག་དབྱ་  
 བོས་བཟུང་མ་ཤོར་བ་བྱུང་སྐབས། དམངས་གཙོ་བཙོས་  
 བསྐྱུར་སྐབས་གདོན་གྱིས་ཕྱིས་པའི་མངའ་བདག་ཚོ་དང་  
 མི་འདྲ་སྒྲོ་བདེ་བག་ཐེབས་གུ་ཡངས་སེམས་སྒྱུད་དང་  
 གནས་ཆེག་པ་བྱུང་བ་ནི་གོང་གསལ་འདི་དང་། མཁར་  
 འགོས་གཙོས་པའི་བྲག་གཡལ་དཔོན་ངན་རེ་བྱུང་གིས་  
 ཕྱིར་འབུད་བྱས་པའི་བཀའ་དྲིན་རྒྱུན་ངན་གྲོགས་སུ་འཁར་  
 བ་དང་། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཏང་གིས་སྐབས་གཟིར་  
 འཛི་སྒྱུང་གནང་དྲིན་ཁོ་ནའོ། དེ་ནས་ཆབ་མདེ་སློབ་རྒྱ་  
 མདེ་སླད་ཚོད་ལྷ་སློབ་རྒྱ་དུ་མིང་བསྐྱུར་གནང་བ་དང་



འབྲེལ་ཆེས་༡ རྟོག་ཆབ་གོང་ནས་ད་ལྟའི་སློབ་ཁང་ཏུ་  
 སློབ་འཁུགས་ཀྱི་དང་། ཆེས་༡༤ ཏོང་སི་ཏུ་འབྲེལ་ཆེས་ནང་  
 སློབ་སྦྱོང་གི་གནས་ཚུལ་སྟོན་ལས་བཅུ་མ་པའི་གཏམ་  
 བ་འདྲ་དང་། བོད་ཟླ་བཞི་པའི་ཆེས་༡ སྟེ་ཟླ་དྲུག་པའི་  
 ཆེས་༡ འཛིག་ཏེན་བྱིས་པའི་དུས་ཆེན་ཏེན་སློབ་ཕྲུག་བྱིས་  
 པར་བཅས་ད་ལྟའི་ཐང་དུ་འཛོགས་ཏེ་དར་ཆ་དང་།  
 འགའ་ཞིག་ལ་སྟེ་རས་དམར་པོ་གནང་བའི་སར་དགའ་  
 བསྟའི་གཏམ་བ་འདྲ་ཞུས། དུས་བཟང་ལ་སྦྱང་གནས་ཆ་  
 གཅིག་བསྟུང་། ཟླ་སྟོང་ཇི་ཏུ་ལས་བྱེད་པས་ཀྱང་སྟོན་  
 གསུམ་བཞིར་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སློབ་སྦྱོང་སྟོན་འཛུལ་སྟེ་  
 ཏུ་འབྲེལ་བྱ་རིན་སྟངས་མཐུན་སྟེ་སྟེ་སྟེ་དང་། ཏུ་འབྲེལ་བོད་  
 རིག་ལས་བྱེད་མཐོ་གས་ནམས་སློབ་སྦྱོང་དུ་ཞུགས་པའི་ཏུ་  
 ཀྱང་དགོས་པའི་བས་ཀྱི་དམིགས་ལྟར་བྱ་ནམ་སྟེ་ནས་རིམ་



གྱིས་སྤུམ་རྒྱུ་འགྲོ་བ་སྤྱོད་བཟེ་ཡིན་འདུག་རྒྱུ་དང་ཐོག་  
 གསུང་སྤྱོད་སྤུམ་བཟེ་མིན་དུ་སྤྱོད་བ་དང་། དེ་ནས་གྱུང་  
 སྤུམ་རྒྱུ་བྱིད་འཆར་བཟེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 གི་བ་འགྲོ་བ་དེ་བཟེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 དེ་ན་ཆེན་པོ་དང་ཡང་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 གྱིས་ན་ཞེས་འཆར་འདོན་ལ་མེས་མཐུན་དཔེ་ཐོག་ནས་  
 དེ་གྱིས་གོ་བ་ཅི་འགྲོ་བ་ལེན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་གྱིས་པ་ཅམ་  
 དང་སེ་སེས་དཔེ་བཟེན་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 འདོན་རོགས་རམ་པར་ཞེས་གྱིས་བར་སེ་སེས་དེས་འདོན་  
 ཡང་བ་འགྲོ་བ་མ་གྱུང་། དཔེ་བྱིད་དགོས་ག་འགྲོ་བ་ཚུལ་  
 མཐུན་མ་གྱུང་བའི་གནས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 དང་པོའི་མཆན་འགྲོ་བ་ཞེས་གྱུང་བའོ། ཆོས་འཁོར་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་



ཡོངས་ཤོགས་ལ་སྒྲེ་རས་དམར་པོ་སྤྱལ་བའི་ཉེན་འབྲེལ་  
 དགའ་བསྟུན། འདི་ནས་སྤྱི་ཚུང་གི་སྒྲིག་བྱས་པ་ལྟར་དར་  
 ཆ་སེར་པོ་བདེ་ལེན་འཁོས་ཚོག་གིས་བརྒྱན་པ་དང་། སྒྲོབ་  
 ཡུག་རེར་བྱི་དེབ་དང་ལྷགས་སྒྲུག་རེ། སྒྲེ་རས་དམར་པོ་  
 ཅན་གྱི་སྒྲིག་ཡིག་དེབ་རེ་བཅས་སྒྲུ་འབྱེད་ཡུལ་ཐོག་  
 གཏམ་སྒྲིང་དང་འབྲེལ་གནས་ཚུལ་པར་ལེན་ཡང་གནང་  
 སོང་། སྒྱུན་ཉིན་གསུམ་བཞིའི་སྤྱི་དགོངས་ནམ་ཁེལ་ཇི་  
 རྩའི་གོས་ཚོགས་ཁང་གི་རྩབ་མཐའི་འགག་ཏུ་བཅར་ཏེ་སྒྲི་  
 ཚོགས་ཚོན་རིག་གི་བའམ་འདྲ་པ་དེབ་དང་གཉིས་སྒྲིང་ནས་  
 དཔེ་ཐོག་གོ་བའམ་འདྲ་ཚོད་གྱི་བའམ་འདྲ་པ་ཞུས་པ་ཡིན་  
 ཡང་། བཟྱ་འཁོས་ནམ་རྒྱལ། ཞི་ལྷ། དག་དཔལ། ཙམ་  
 འཕེས། དགོ་འདུན་འཕེལ་རྒྱས། དཀར་སྒྲིང་དཔོན། ཡེ་རྫོ་  
 སོང་སོང་སོགས་ལ་གསར་བརྒྱུད་པོ་དང་ལྷགས་བའམ་འདྲ་པ་



མ་ཡིན་པར་འབྱུག་ཡོང་གི་བྱིད་རྒྱགས་པ་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་  
 ངལ་བ་ཅོམ་ལས་དགོས་འདུན་གང་ཡང་མ་གྲུབ་པ་དེར་  
 ཟད་དོ། ཟླ་འཛོམས་འཇི་རྩེ་བཀའ་ལྟར་རྒྱབ་བྱང་ཀན་སུ་  
 མི་རིགས་སློབ་གྲ་ཆེན་མོ་ནས་དཔེ་འཛོལ་བ་རྒྱ་རིགས་གྲོ་  
 ཡང་ཁྱིན་དང་། ཨ་མདོ་ཡེ་ཤེས་བྱམས་སམ་བསོད་  
 ནམས་ཆེ་རིང་གཉིས་ལ་བུ་སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དང་། རང་  
 ཅུམ་བྲག་རྩེ་བརྒྱད་པའི་ནམ་ཐར། ཁོ་བོས་བར་ལྷ་ཆད་  
 གསལ་བས་དང་ཁ་བསྐྱངས་ཅུམ་སྒྲིག་བྱས་པ་བུ་བུ་སྟོན་  
 སྒྲུང་བར་གསུམ་གྱིས་མཛོན། སྒྲུང་ཡིག་པོད་ལྟ་གཡར་  
 འབྲུལ་བྱས། རྒྱག་ཡང་ཤོར་བ་ཆོ་སྒྲོད་རྩྱགས་བེན་པ་  
 ཞིག་མིན་པར་བརྟེན། ཟླ་བ་བརྒྱད་པའི་ཆོས་འགོར་  
 དགོངས་ཞུས་གྱིས་ཆབ་མདོ་ནས་ཐོན་རང་རྫོང་མདའ་བར་  
 འཕྱོར། དགའ་ཉེས་མགོན་པོས་གོང་གསེབ་འབྱམས་



བསྐྱེད་ངང་བརྟན་བསངས་གཡང་སྐྱབ་སེགས་བྱ་ཁུལ་  
 དང་། ཆོས་༡༡འདས་མའི་དགོ་ཙུང་སྐྱུང་གནས་བཙུགས།  
 ཟླ་བ་དགུ་པ་ནང་བྱབ་འབྲི་སྟོང་མ་སྟེ་སྟོའི་འདོད་མེས་ལྟར་  
 གདོད་ཀོད་དུ་མ་ཁི་དུང་སྐྱབ་འདོན་པར་དཔལ་མེ་ལྷགས་  
 སྐྱུང་གནས་ཆེ་གའི་སྟོང་ནས་ཁིན་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གསེ་སྐྱུང་  
 སྟོམ་ལེན་སེགས་ཀྱི་འཆར་བཟེས་དང་འབྲེལ་ཟླ་བ་བཙུ་  
 པའི་ཆོས་༥འུར་བར་གསེ་སྐྱུང་སྐྱངས་༥འིང་ཆོས་བྱན་དེའི་  
 བ་༥འད་པ་དང་བཅས་མ་ཁི་བཏོན། དེ་ནས་ཟླ་གཉིས་  
 དགོངས་ཞག་ཐེམས་པས་ཆོས་ལྟ་ཆབ་མདོར་འབྱོར་ཞིང་  
 གཙོ་འཛིན་ནམ་པར་བཅད། དབྱར་སང་རང་བྱིམ་སང་  
 དིང་དེད་དེག་སྟོབ་ཁང་གི་བྱའི་གྲང་དུ་བསྟོ་སྐུལ་བྱབ་  
 འདུག་ག་འུས་དེ་ནས་བཙུམས་སྟོབ་ཆུང་ཞའོ་གྲང་ཐེག་  
 དེག་གཞུང་ཁང་བྱའི་གྲང་གི་ཡང་མིང་འཛིན་དེག་སྟོབ་



ཁང་དུ་བཅད། ཆོས་འཕྲོ་བ་ཆུང་དུ་ཉོང་སི་ལྷན་འཛམས་  
 སར་སྒྲོབ་སྒྲོང་མཇུག་བསྐྱེམས་དག་སྒྲིན་ཞུས། མགོ་ཟླའི་  
 ཆོས་འཕེལ་ཐོག་ཐང་སྒྲོ་བདེའི་ཟུའི་རྒྱབ་ཁང་ཆུང་བརྒྱད་  
 བསྟར་སྒྲིག་གི་རྒྱབ་གྲལ་གཉིས་པར་སྒྲེས། མི་ལའོས་དང་  
 བྱས་ཁྲེས་ལ་མ་དཔག་པར་རང་ཉིད་ཁང་པ་ཁ་གཙང་དུ་  
 སྒྲོད་འབྲས་གཟིགས་བཟོས་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོས་ཁྲེས་སུ་  
 བསྐྱུངས། ཟླ་༡ འཆོས་འཕེལ་དོན་མཇུག་བསྐྱེམས་དང་  
 ལས་དུས་དང་པོའི་འཆར་གཞི་བཟོས་འཁོར་ལོ་མཇུག་  
 དགོན་ཐོག་ལྟར་མེ་དང་། ཆོས་འཕྲོ་བ་དང་མེ་ཆོགས་  
 འདྲའི་ཐོག་སྒྲོང་མོལ་དང་གསོལ་སྒྲོན་བཅས་དགའ་སྒྲིད་  
 རུང་འབྲེལ་གྱི་སྐལ་བ་ཉམས་སུ་སྒྲུང་།

སྒྱི་ལོ་༡༩༥༥ རང་གི་བགྲང་བྱ་༤༡ ཐོག་ཁེལ་བའི་  
 ཞོགས་སྟར་སྐྱ་ཞབས་གཙོ་འཛིན་ནམ་པར་མཇུག་དར་ལ་



བཅར་ཞིང་། ཆོས་ལའཆོམས་འདྲི་ཆོགས་པའི་ནང་ཚུད་མི་  
 དམངས་ཐང་ཆེན་སྟེང་དང་ཕུན་སེ། གོ་མཛོད། དཀར་ཐང་  
 མ་བཅས་སུ་འཆོམས་འདྲིར་བསྐྱོད། ཆོས་དཀར་མཛོད་  
 ནས་འོངས་པའི་སྟོབ་འབྲིང་བྱིས་པར་བཅས་ལ་བཞུགས་  
 མེལ་གཏམ་སྟེང་དང་། ཟླ་འཆོས་འསྟོར་བསྐྱལ་བཟང་  
 དབང་འདུས་སོགས་ཉིང་ཞ་ནས་སྤར་འབྱོར་མཆོམས་  
 རང་གྲུ་རིན་མཆོག་གི་བཀའ་འབྲེལ་སྟོབ་སྟེང་བྱ་སྟངས་  
 ཕྱང་ཟད་ལེགས་སུ་གཏོང་བྱུང་སྟེང་སྟེང་དྲེའི་རིགས་  
 ལས་དོན་དང་། དགོངས་མེ་ཚུ་ཆོད་གསུམ་རིང་ས་ཕྱོགས་  
 མི་རིགས་རིང་ལུགས་ལ་དེ་རྒྱལ་སོགས་གྱི་དཔེ་དེབ་ལ་  
 སེ་སེས་བལྟས་ཐོག་གོ་དཀའི་རིགས་རིང་ནས་དྲག་བྱུང་  
 གྱིས་འདྲི་རྟོག་དང་། རོས་འཛོན་བསམ་འཆར་རོས་མོས་  
 གྲལ་འདེད་གྱིས་བཤའ་པ་ཞིག་སྟོལ་དུ་ཆགས། ཟླ་ཆོས་



བོད་ཞི་བས་བཅུངས་བཞེལ་གྲོས་མཐུན་བྱང་ནས་ལོ་  
 ལཾཾ་བའི་རྗེས་དྲན་རྟེན་ལྟུང་ཚོགས་ལྟུང་ཐོག་ལྟུང་  
 གྲང་དོན་རྒྱལ་སོགས་ནས་གཏམ་བཤམ་བཤམ་བཤམ་པའི་  
 གསེབ་ཏུ་ཁྱེ་བོས་བསྐྱར་བཅོས་གནང་ལག་མཛོད་ཚན་  
 ཅན་གྱི་སྒྲིང་མེལ་ཞུས་པ་སྐབས་དེའི་བོད་སྒྲིངས་ཉིན་དེའི་  
 གསར་ལྟུང་དུ་མངོས་སྐྱབ་སྐྱབ་ལྟུང་མིག་དང་ན་བའི་  
 བཅུང་ལེན་བདད་ཅེར་ལཾཾ། དེག་གཞུང་ཁང་དང་སྒྲིབ་  
 རྒྱང་བཅས་པའི་ལས་དུས་དེགས་གྱི་མཇུག་བསྐྱེམས་དང་  
 ལཾཾ་གཞི། ཇི་ལྟུང་ཚོར་ལྟུང་དེགས་ལ་ཏག་བཅད། སྒྲིབ་  
 སྒྲིང་དུལ་དགོངས་ཞུ་ཏུ་གས་ཡིན་སྐྱམ་བཤམ། ལྷ་  
 རྗེས་ལྟུང་པའི་དུས་ཆེན་སྐྱབ་བསྐྱར་དགའ་ཚོགས་  
 ཐོག་གཏམ་བཤམ་བཤམ་བཤམ་ལེང་རང་ཁོངས་ལྟུང་པ་  
 རྐམས་ལྟུང་ཅེད་སྐྱབ་༡༠བསྐྱབ་སོང་། ས་ལྷའི་དུས་བཟང་



ཉེན་གསེ་སྒྱུང་སྒྲངས། ཆོས་༡༠ ཉེན་རི་ཆེ་ཕྱོགས་ལས་  
 སྒྱུབ་ཏུ་ཐོན་པ་ནི་ལྟ་སྟེགས་ནས་གསུང་བ་ལྟར། (སྒྲུབས་  
 དེའི་དབང་བྱ་ཆེ་བཟོད) ཆོགས་འདུ་གནང་ཞིང་དེར་ཡིད་  
 ཡུལ་དུ་མ་ལར་བ་འགའ་ཞིག་གི་གཏམ་ཡང་ཐོས། ཆོས་  
 ༡༤ ཉེན་ཆོས་འབྱོར་ཕུ་གྲང་མཆོག་དང་རྒྱ་རིགས་དག་  
 གན་བདུན་དབུས་ལས་བྱེད་པ་མི་གྲངས་༥༠ སྟོར་ལ་རྒྱ་ཡི་  
 སྒྲུང་ཡིག་སྟོབ་བསྐྱལ་གྱི་གཏམ་སྟེང་ཞུས། ཟླ་༥ ཆོས་༤ བྱོ་  
 བྱིས་སར་སྟེང་གཞི་གཉིས་བཞེད་གྱི་དྲིས་ལན་ཞིབ་རྒྱས་  
 དང་། ཆོས་༧ དགོངས་མེར་དར་མདའི་སྟོག་བརྟན་རུ་  
 ཁབ་ནས་ཏན་གཡིན་ངོ་མཚར་ཅན་བསྟན་པའི་ཐོག་མར་  
 ཆོགས་དབུས་གནས་རྩྱལ་ཕྱགས་ཇེ་ཆེ་ཞུས་བསྒྲགས།  
 ཆོས་༡༡ ཉེན་སྟོབ་ཕྱག་བྱམས་པ་ཆོས་བཟང་། ཆོ་དགའ་།  
 བཀ་འཁོས་བྱམས་པ། འཕྱིན་ལས་མཆོ་མོ། འཇམ་དཔལ་



དོན་གྲུབ། ཆོ་རིང་སྒྲོན་ཆོས། ། བྱམས་པ་ཆོ་སྒྲིད། བྱམས་  
 པ་ཆོས་སྒྲོན། བྱམས་པ་གཡུ་སྒྲོན། སང་ཉིན། བསྟན་འཛིན་  
 ཆོས་སྒྲོན། བྱམས་པ་ཆོས་འབྱེར་བཅས་རང་ཁྱེད་མཐོ་  
 རིམ་སྒྲོབ་རྒྱུ་ནས་ཐོན་པའི་འཕྲིན་ལེན་མེད་རྟགས་ལྟུང་།  
 འདིས་མཆོན་འགྲུ་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ལས་ཉིན་ཐོར་  
 མ་འཁོད། ཟླ་ུ་ཆོས་འཁར་དབྱར་སེང་དགོངས་ཞུས་གྱིས་  
 ཆོས་ཡུལ་དོང་ཁོང་འབྲེག་པ་ལྷག་ཚང་དང་། ཆོས་བརྒྱུད་  
 ཁྱེད་སྒྲོངས་སུ་སྒྲུབས། ཆོས་་ཡུལ་ཉིན་བྲག་ཟླའི་འཕྲི་མ་འབར་  
 རང་པས་འབོད་དོན་སྒྲུག་མེ་རི་བསྟོད་ལ་ཕྱིན་ཅིང་རྒྱགས་  
 བརྟན་ལྷ་བསངས་དང་། བཀྲ་འཕྲིས་ཆོ་རིང་དང་བསམ་ཆོ་  
 ཚང་སར་འོད་ཆོག་དང་གཡང་སྒྲུབས་བཏོན་ནས་ཆོས་  
 ་ཡུལ་དོང་ཁོང་དུ་འབྱེར། རབ་སྒྲོང་དང་མདའ་བ་སོགས་  
 སུ་མགྲོན་བོས་འབྱམས་བསྒྲོད་ཞོར་གཡང་སྒྲུབ་སོགས་



གྲོང་ཆེན་ཕྱན་བུའི་རེ་འདོད་བསྐྱངས་ཤིང་བདུན་པའི་ཟླ་  
 འགོར་ཆབ་མདོར་འབྱོར། ཅུ་གུ་རིན་དང་བྱ་གྲང་ཆོས་  
 དབང་ལྷུང་གསུང་མི་རིགས་ས་ཕྱོགས་རིང་ལྷགས་  
 སོགས་ལ་སློབ་སྦྱང་སྤར་བཞིན་བྱ་ལུས་སུ་འདུག་པར་  
 ཞུགས་ཤིང་། དེ་ནས་རིམ་པར་རེ་འདུན་ལྟར་དང་ནས་ཅི་  
 འཕེས་འབྲེལ་བ་འདྲ་རེའི་མངུག་སེ་སེའི་བསམ་སྤངས་  
 བརྗོད་པ་རེ་མེས་གྱིས་སྦྱོ་ཆོགས་རིང་ལྷགས་སམ་མི་  
 རིགས་རིང་ལྷགས་གང་ཞིག་འདོད་པའི་སྐྱོར་ལ་སྦྱང་  
 གཞི་དོན་ཚན་བཞི་དང་དགུ་སོགས་བཞེད་པ་དང་། རིམ་  
 གྱིས་མའོ་གུ་ཞི་མཆོག་གི་གསུང་ཕྱོམ་བཙན་རྒྱལ་རིང་  
 ལྷགས་པ་དང་ལོག་སྦྱོང་འཕྲིག་ཁག་མཐའ་དག་འཕྲིག་  
 བུའི་སྤྱག་ཡིན་པའི་སྐྱོར་སྐྱོབ་སྦྱང་བྱ་ཁུལ་བགྱིས་སོ། བར་  
 འདིར་ཉིན་ཐོ་ཅུང་ཟད་རྒྱས་ཙམ་ཟུར་དུ་བཞེད་པའི་འཕྲིག་



ལྷེ་མ་རྟེན་པ་དང་། ལས་དོན་འདི་བྱས་དམིགས་བསལ་  
 རྟེན་རྒྱ་མེད་པའི་ནམ་གཡངས་ལྷོད་ཡང་ངང་། ཟླ་བ་བཅུ་  
 གཅིག་པའི་ནང་ལོག་སྟེང་པའི་ཇག་དཔུང་དཔལ་འབར་  
 ཁུལ་སོགས་སུ་འབྱེད་ཞིང་། བཀྲ་མེད་ཆོལ་བ་རང་ཕྱོགས་  
 སུང་དམག་ཉུང་དུ་ཞིག་གིས་ལོག་ཅན་པས་ཆོལ་ཇི་རྟེན་  
 འཕྱོར་རྒྱུ་དྲག་པོས་སེར་སྟོན་ལྟར་བརྒྱག་བཅོམ་བྱེད་  
 བསྟོན་བྱས་ཚུལ་གནས་བབ་བཟང་པོ་དང་། ཕྱི་ཟླར་ཆབ་  
 མདོ་ནས་སྟེང་ཆེན་བར་སྟེལ་༡༥༠་སྟོམ་མདའ་ནས་རོང་  
 ་འོད་བར་སྟེལ་༡༥༠་རོང་་འོད་ནས་གྲུ་ཁ་བར་སྟེལ་  
 ༡༧ལམ་བཟོ་དང་རྒྱ་བསྟེང་དགོས་རྒྱུར་བསྐྱལ་བཟང་  
 དབང་འདུས་ལྷོ་དང་། བྱམས་པ་ཡེ་འཤེས་བྱང་ཁུལ་གྱི་  
 འགོ་འདོམས་ཕྱོག་ཆབ་མདོ་ནས་སྟེང་ཆེན་བར་གྱི་ལམ་  
 བཟོར་ཆབ་མདོ་པ་ལུལ་མི་༡༥༠༠ རི་ཆེ་༡༠༠༠ དཔའ་



འཕྲོ་ལྔ་ལྔ་ རྟེན་ཆེན་ནས་༡༠༠༠བཅས་བསྐྱེད་སྤྱོད་དང་།  
 སྤྱང་མདའ་ནས་རྟེན་འཕྲོ་བར་གྱི་ལམ་འཛུགས་དང་། དེ་  
 ནས་གྲུ་ཁ་བར་གྱི་ལམ་བཟོར་སྤྱང་ཁམས་ལྷུ་མི་༡༥༠༠།  
 མཛེས་སྤྱང་དང་བྲག་གཡལ་པ་༤༠༠རེ། གསང་ཚྲིང་  
 ༡༥༠བཅས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཐོག་ གཙོ་འགན་ཚྲིང་ཏང་ཅུས་  
 དམག་སྤྱང་བཅས་གྱི་འགོ་བཟུང་འོག་ འབྲུག་སྤྱོད་རྟོགས་  
 རམ་བྱེད་པེ་བྱུ་འཁྲུང་ཁ་འགས་ཐོན་དགོས་ལ་ཨ་འབས་  
 དང་ཏ་མགོན་གཉིས་མཛེས་སྤྱང་དང་སྤྱོད་དཀར། ཡེ་རྟོ་ཅན་  
 སྤྱང་ཁམས། བྱམས་པ་ཡེ་འཕེས་དང་སངས་སངས་རེ་ཆེ།  
 དགོ་འདུན་འཕེལ་རྒྱས་དཔའ་འཕྲོ། རེད་དང་ཁྲུང་རྟ་  
 བྱུ་འཁྲུང་འཁྲུང་གྲགས་པ་གཉིས་བྲག་གཡལ་ཏུ་ཐོན་དགོས་  
 རྒྱང་གྲུ་རྟོག་མཆོག་གིས་ཆོགས་འདུའི་ཐོག་བཀའ་ཕེབས་  
 འདི་ཅུ་ཞབས་འབྲུབ་ཡོང་སྟུ་མ་དང་སྤྱངས་འགོ་ཆས་



བཅིང་མུར་ཡང་བསྐྱར་བཟ་ནམ་གྱི་ཡིག་རྩུ་བྱུང་གསལ་  
 ཉིང་ད་ལམ་བྲག་གཡབ་ཏུ་འགྲོ་མ་དགོས་པ་ཕྱིར་འཐེན་  
 དེ་ཚབ་ངག་དཔལ་གཏོང་བྱ་ཞེས་ཁོ་པ་འགྲོ་འདོད་ཞུ་  
 འཚངས་ལ་བཏེན་བཞེ་བའོལ་བྱུང་བ་བཞིན་དེ་དོན་ཞུས།  
 ངག་དབང་དཔལ་ལྡན་སེ་པ་བྱུ་བྱུ་གྲང་ཆེན་མེ་མདོ་  
 སྤྱི་དབང་འབྲགས་འཛིན་པ་དེ། དེ་ནས་བཙུམས་ལྷ་རྩེ་  
 བརྒྱད་འཁར་རྒྱགས་ལྷོ་ཕྱོགས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་བར་ཕྱིར་  
 བལྟས་མེད་པར་ཐེབས་པ་རེད། ལོ་མངུག་ཆོགས་འདྲུ་  
 དགའ་སྟོན་དང་།

སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལྷ་མཚོས་དཔང་གི་བཟང་བྱ་༤༠འབོད་  
 ལྷགས་ས་པག་གསར་ཆོས་གཙོ་འཛིན་ནམ་པར་མངལ་  
 དར་འབྲུལ་རྒྱ་མོགས་སྤར་བཞིན་དང་། འདི་སྒྲིབ་སྤྱང་  
 གཏམ་སྤྱ་གཞས་སྤྱ་ཆོགས། ཟུར་གསང་ལྷེམ་བཞེད།



གཏམ་དཔེ་སྟོན་པ་རིག་ཅུལ་བཅུ་མས་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲིང་ཐམ་པ་  
 གསར་ཅུམ་གྱིས་རིང་མིན་འབྱུལ་དགོས་རིག་གཞུང་ཁང་  
 ཏུ་བརྟེན་ཐོ་དང་དེད་ལ་དམིགས་བཀར་འགན་དཀྱི་གནང་  
 དོན་ཇི་སྒྲིང་ཏུའི་དང་ལས་ཁུངས་ཁག་གི་བོད་རིགས་  
 ལས་བྱེད་པ། རྫོང་ཁག་འགའ་ཞིག་མར་ཐང་གཞོན་  
 ཚོགས། སློབ་ཚུང་ཡན་ཏུ་བབ་ཐོབ་ཅུམ་དགོས་བགོས་  
 འགྲམས་བརྟེན་གཏོང་དང་། འདི་ནས་གྲུ་ལྡེ་བེར་བའི་བྱིས་  
 པ་ཞིག་ཉེ་གམ་ཏྲག་བསྐྱེལ་གོང་གསལ་ཅུམ་རིག་སྒྲ་  
 ཚོགས་ཏུར་བཅུན་ཞེ་བསྐྱེད་གྱིས་བཅུ་མས་བསྐྱེགས་བྱས།  
 ཟླ་༡་ཚེས་༡་ཉིན་འཕགས་ཆེན་རིན་པོ་ཆའི་སྐུ་མཆོད་  
 མཁན་ཚུང་བཀྲོངས་བ་སོང་སྒྲོར་མི་སྒྲན་པ་ཐོས་འཁོར་དེ་  
 དོན་ཚོགས་འདུ་དང་། ཚེས་༡༧་ལྷ་སར་འབྱུག་ལོང་སྒྲོར་  
 གཏམ་ངན་ན་བའི་ཆེར་མར་ཅུབ་པ་དང་འབྲེལ་སྒྲ་ཉིན་



[illegible]



གོ་གསུམ། སྒྱུང་གཏམ་གཅིག རྗེ་དྲུང་ནས་སྒྱུང་བརྒྱད།  
 ལེགས་བཤམ་ཉེར་གསུམ། གུ་ལེའི་ཆོག་རྒྱན་ཅན་གྱི་  
 ཆོགས་བཅད་བརྒྱད། དོན་རྒྱལ་ཆེད་བརྗོད་གཏམ་དང་  
 ལེའ་བཤམ་བཅེ་བརྒྱད། སྒྱ་བློ་ཁ་མཆར་གཏམ་རྒྱད་  
 བཅས་བཅུ་གསུམ། གཏམ་དཔེ་ང་ལྟ། སྒྱ་སྒྱུ་སྒྱ་གཞས་  
 དོན་བརྒྱད། སྒྱུང་གསུམ། སངས་སངས་གྱིས་གཞན་ལ་  
 རྩོམ་མངགས་སྒྱ་གཞས་དག་བཅུ་དང་སྒྱུང་བཅུ། དབང་  
 རྒྱུས་ལེགས་བཤམ་ཉེར་ཆོགས་བཅད་ཉེ་ལྷུ་སྟོར། རྣམ་གས་  
 ད་སྟོ་གསལ་ལེའ་བཤམ་ཉེར་ཆོགས་བཅད་བརྒྱ་དང་བཅུ་  
 གཅིག གཞས་ཆོགས་བཅད་བཅུ་དྲུག སྒྱུང་གཅིག མར་  
 ཐང་ཆོ་རིང་གཡང་སྦྱིད་གྱི་ལེགས་བཤམ་དག། སྒྱུང་  
 གཅིག། སྒྱ་གཞས་ནམ་གངས་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ། ཆོ་  
 རྟོབས་སྒྱུང་གཅིག གཞས་སྒྱ་རེ་དྲུག ཆོ་རྟའི་ལེགས་



བ་འད་ཆོགས་བཅད་དོན་ལྟ། སྒྲུང་གཅིག་གྲ་ལྟ་བུ་  
 འཁོས་སྒྲུ་གཞས་བརྒྱ་དང་དོན་ལྟ། ལྷན་གྲུབ་ཆོ་རིང་སྒྲོན་  
 ཆོག་བདུན་དང་སྒྲུ་ལྟ། སྐབས་དེའི་དཀར་ཆག་ཟིན་འོག་  
 གཅིག་མ་ཆང་བ་དེར་གསལ་ནད་ཐེགས་ཙམ་གཞན་ཡང་  
 ཁ་འགས་འདུག་པ་དང་། སྒྲོབ་རྒྱུ་ནས་ཕུལ་བ་སྒྲུ་གཞས་  
 དེགས་ལྟ་བརྒྱ་སྒྲོད། གཞན་ཡང་། མར་ཐང་ཆོས་སྒྲོན་གྱི་  
 ཆོགས་བཅད་ཉེར་བརྒྱད། བསོད་ནམས་འབྲིང་བའི་ཉེར་  
 ཅིག་ཆོ་དགའ་རབ་རྒྱས་བཅུ། བསྐྱེད་གའི་ཆོགས་བཅད་  
 ལྟ་བུ། འཇམ་དབྱངས་དབང་མེས་གསེར་སྒྲུང་ནས་  
 བརྒྱས་པ་ལྟ། ཆོས་ཁྲི་ཁ་ནས་ཕུལ་བ་རྒྱ་ལྷིའི་སྒྲུ་རྒྱན་ཅན་  
 ཆོགས་བཅད་བརྒྱད་དེ་ཅན་ཁག་གཉིས། བསོད་ནམས་  
 གྲོང་བསྐྱེད་འཛིན་དོན་གྲུབ་གྱི་གཞས་ཆོགས་བཅད་བཅུ།  
 སྒྲོམ་བདེ་བུ་མའི་གཏམ་དཔེ་སྐུམ་ཅུ་སྟེ་བཞི། དེན་ཆོན་



ཆོགས་བཅད་བཅོ་བརྒྱད། བཅོད་པའི་ཆོགས་བཅད་བདུན་  
 དང་། གེ་སར་སྦྱང་དཔེ་ནས་བརྟུས་པ་ཆོགས་བཅད་བཅུ་  
 དང་གཞས་གཉིས། དར་རྒྱས་འཕྲིན་ཆོ་བཟ་དང་གཡུང་  
 རྟུང་བསྟན་པ། དཔའ་བོ་བཅས་ཀྱི་ཆོར་བཅད་ཉི་ལྔ། རྩོ་  
 བཟང་བཟ་འཕྲིན་ནས་ཉི་ལྔ་བཅས་འགའ་ཞིག་མི་སྟོན་  
 ཅིམ་དང་། རྩོག་ཉན་ཡང་མི་གཏུབ་པ་ཅི་རིགས་སྤང་མོད།  
 རྟུང་བཅོམ་ལས་བྱུང་བར་བརྟེན་ཆོང་མར་མཐོང་བཞག་སྟེ་  
 གངས་འབད་པས་བཅུས་ཏེ་འཕོར་གངས་སུ་བཞེད། རྩོ་  
 རྩོར་བད་མོང་རིགས་ནི་སྤུས་རྒྱང་འབྲུལ་མཁན་མ་བྱུང་  
 ལ། དེད་ཀྱིས་ཕུལ་བའི་དཀར་ཆག་ག་ལམ་གསལ། མདོ་  
 སྤང་ཕྱིན་རྒྱང་ཨུའི་དང་། བཅོངས་བཞེལ་ཨུ་ཡོན་ལྟན་  
 ཁང་མཆོག་ནས་ཡུལ་མའི་སྤྱ་གཞས་དང་། བྱིས་པའི་  
 གཏམ་རྒྱད། སྦྱང་རྩུང་གསང་ལྟེམ་བཟོད། ལེགས་བཤམ།



རྒྱུ་མ་གཤམ་པ་ལྟ་བུ་དཔེ་བཅས་མང་ཙམ་བསྐྱུ་ལྟུ་ལ་དགོས་  
 གཤམ་ཁོངས་གསལ་པ་རིག་གཞུང་བྱུ་བྱུ་བྱང་གཤོང་ཁོང་  
 གིས་པེ་ཅིན་རིག་ཙུ་ལ་པེ་བྱང་གཙོ་ལེན་ནམ་པ་དང་། རྒྱ་  
 ཆེའི་མི་དམངས་ནམས་ནས་གཟིགས་རྒྱུ་པ་མ་ཟད།  
 བོད་རྒྱུ་རིག་གནས་ཙུ་མ་སྒྲིལ་ལྟུང་པར་པན་སྤོང་ན་གཟི་  
 བཟོང་ཆེན་པོའི་ལས་སྤུ་བསམ། ལབ་བཙོན་རྒྱུ་བསྐྱེད་  
 ནམ་གྲངས་ཆེག་སྤོང་ལྟ་ག་ཙམ་ཙུ་མ་སྒྲིལ་བྱུ་མ་གསུམ་  
 ཞུས་པའི་དགར་ཆག་དེབ་དང་པོ། རྒྱལ་ཆེན་གཙོ་ལེན་  
 མའོ་ཁུ་ཞི་མཆོག་ལ་བསྤོང་པ་གཡས་ལུ་ལ་དུང་གི་སྤྱོད་  
 དབྱངས་ཆོགས་སྤུ་བཅད་པ་སྤུམ་བཟུ་སྤོར་ལ་ལྟེབ་དེ་ཉིར་  
 བཞི་(སྤར་བཙུམས་) དེབ་གཉིས་པ། གསར་བཙུམས་  
 ལེགས་བཤམ་གྱུ་གཞས་ཆོགས་རྒྱུ་བཞི་དེར་ཆོགས་  
 བཅད་དེ་ཙུ་མ་ཆོགས་བཅད་བཟུ་ཐམ་པར་ལྟེབ་༡ དེབ་



གསུམ་པ་བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་དང་། ལྷ་ལས་ཕུལ་  
 བྱང་ཙྰ་འབྲེལ་ལས་སྟན་ངག་ཙྰ་མ་འབྲེལ་ལ་མཁེ་བའི་ལོ་  
 རྒྱུ་སྦྱང་གཏམ་རིགས་ཟུར་བྱངས་སྦྱང་གི་ནམ་གངས་ཞེ་  
 ལྷ་ལ་ལྷེབ་ལྷ་བཅུ། དེབ་བཞི་པ། དཔལ་མགོན་འཕགས་  
 པ་སྤྱ་སྦྱབ་གྱིས་མཛོད་པའི་ལྷགས་གྱི་བསྟན་བཅོས་དག་  
 ལས་གསར་བཞེ་དང་མཚོངས་སྟམ་གྱི་སྟོད་དོན་ལེགས་  
 བ་འད་གཅེས་བུས་ཆོགས་བཅད་བརྒྱ་ཐམ་པར་ལྷེབ་  
 བཅོ་ལྷ། དེབ་ལྷ་པ། དཔལ་མགོན་འཕགས་པས་མཆོན་  
 སྟོན་བྱོན་མཁས་པའི་སྟོད་དོན་ལེགས་བ་འད་གཅེས་  
 བུས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ནམ་གངས་བརྒྱ་དང་ཉེར་  
 གསུམ་ལ་ལྷེབ་བཅུ་དག། དེབ་རྒྱག་པ། དམངས་སྤྱ་སྟོ་  
 ཆོགས་ཕྱོགས་བསྐྱབས་ཆོགས་བཅད་ནམ་གངས་བརྒྱ་  
 དང་ལྷ་པ་ཅན། དེབ་བདུན་པ། ཡང་། དམངས་སྤྱ་སྟོ་



ཚེགས་ཕྱིགས་བསྐྱེབས་ཚེགས་བཅད་ནམ་གངས་བརྒྱ་  
 དང་ལྷ། དེབ་བརྒྱད་པ། ཡང་། དམངས་སྤྱ་སྤྱ་ཚེགས་ནམ་  
 གངས་བརྒྱ་དང་གཅིག། དེབ་དབྱ་པ། དམ་པ་ལྷ་ཆེས་  
 གཙོར་གྱུར་གྱི་གཏམ་དཔེ་བཀའ་གདམས་པའི་བླ་མ་པེ་ཏི་  
 བ་རིན་ཆེན་གསལ་གྱིས་མཛོད་པའི་དཔེ་ཆེས་རིན་ཆེན་  
 སྤངས་པ་ཞེས་པའི་དཔེ་ཆ་ནས་བརྒྱས་སྒྲིག་གཏམ་དཔེ་  
 ནམས་གངས་དྲུག་བརྒྱ་དང་གོ་གཉིས་མཆིས་གྲུང་འདྲིར་  
 སྒྲུལ་ཆོག་ཙམ་ལས་བཞེད་མ་ཐུབ་པའི་ཆོག་སྤྱ་འཁོར་ཏུ་  
 ཐུང་ག་འཁོར་ནམ་གངས་སྤྱེ་ཚོན་ཉེར་ལྟར་བསྐྱས་པ་དང་།  
 འཛིག་ཉེན་མི་ཆེས་གྱི་གཏམ་དཔེ་ཁོ་བོ་ཆུང་དུས་ནས་  
 འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་རིམ་པར་བསྐྱས་བསགས་གཅིས་  
 ཉོར་སྤྱ་གངས་ཉིས་བརྒྱ་དང་གོ་གཅིག་ལ་ལྷེབ་ཉེར་དྲུག་  
 དེབ་བཅུ་པ། གོང་འཕྲོས་འཛིན་ཉེན་མི་ཆེས་གྱི་གཏམ་དཔེ་



གཅིས་བསྟ་སྒྲ་གངས་བཞི་བརྒྱ་དང་དོན་བདུན་ལ་ལྟེན་  
 སེལ། དེབ་བཅུ་གཅིག་པ། བོད་ཀྱི་སྐུམ་རྒྱུ་སྒྲིབ་སྒྲུབས་  
 སྐུ་དེར་གསལ་སྒྲོད་ཀྱི་སྒྲིན་གསུམ་སྒྲོང་དགོས་པར་  
 གདམས་པ་ཁོ་བོའི་མཚར་གཏམ་དྲང་སྒྲོང་ཀུན་དགའ་  
 དང་བུམ་ཟེ་འཤེས་འདོད་ཀྱི་སྒྲུང་ལྟེན་ཉེར་ལྔ། (སྒྲར་  
 བཅུ་མས།) ། དེབ་བཅུ་གཉིས་པ། ཟུར་གསལ་ལྟེན་བཟོད་  
 དུ་གཏོགས་པས་མཚར་གཏམ་ངང་པ་མ་ཉིའི་སྒྲུང་ལྟེན།  
 དེབ་བཅུ་གསུམ་པ། གྲུས་པས་བཅེངས་བཀྲོལ་མ་བཏང་  
 བོང་བཅུ་མས་སྒྲོས་གར་ཀྱི་འཆམས་དེབ་སྒྲེལ་བམ་ལྟེན་  
 རིང་དུ་བྱས་པ་ལྟེན་དོ་གངས་ཞེ་གཉིས། རིག་གནས་ཕོ་  
 བྲང་གསར་སྒྲིན་ཀྱི་ཕྱི་དོས་སྒྲོར་རྒྱུ་བའི་རེ་འདུན་གྱིས་  
 འབད་བཅོམ་ཆེན་པོས་བསྒྲེལ་པ་གསར་བཟོའི་ལམ་ལུག་  
 ལ་བསྐྲུགས་བཟོད་ཀུན་བཟང་འཁོར་ལོའི་འཤོག་དྲིལ་



བཅས་གོང་གསལ་ནམས་ལས་སྒྲེས་གར་གྱི་འཆམས་  
 དེབ་འདྲིར་མཆིས་དང་། དམངས་སྤྱ་སྒྲ་ཚོར་ཕྱགས་བསྒྲིཌ་  
 དེབ་དྲུག་བདུན་བརྒྱད་པ་ནམས་ནི་ཕྱི་མ་སྒྲེ་འབྱེད་པར་ཕན་  
 ན་སྒྲམ་གནའ་སྒྱུང་ལས་བརྟམ་པ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ཅ་  
 འགངས་མི་ཆེ་བ་ལས། གཞན་ནམས་གྱི་མ་དཔེ་ཟུར་དུ་བྱི་  
 མ་ཐོན་སྟབས། གྲུ་སྒྲིཌ་དང་རིག་སྒྲོབ་ཁང་གཉིས་ཀར་  
 མཁོ་བ་ཡོད་པས་འདྲ་བ་ལུས་རེ་ཕྱིར་སྒྲེལ་གྲུབ་པ་ཞེས་  
 དང་བས་འབུལ་ལམ་ཞུས། ཆོས་ཉིར་གཉིས་ཉིན་དམག་  
 དོན་དོ་དམ་ཨུ་ཡོན་ལྷན་ཁང་བཙུགས་འཁོད། རྒྱལ་སྤྱི་  
 སྒྱི་བྱུང་ཁང་གི་བཀའ་དགོངས་མང་ཆེ་འབྲུག་ཡོང་དུ་  
 ཞུགས་སྟབས་བྱས་ཉིས་ཨུ་ཡོན་ནམས་གནས་ཕབ་བཀྲ་  
 ནམ་སོགས་རིང་མིན་འཛིན་བཟུང་དང་། ཁ་འགས་ཚན་  
 སེའི་ཁོངས་འཛིན་གནང་དང་འབྲེལ། དེད་ལ་མདོ་སྒྲུང་



ཚོད་ལྷ་སྒྲོབ་བྲ་རྩུང་བའི་ཞའོ་བྲང་རང་འཇགས་བཀའ་  
 དྲིན་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་བསྐྱུངས་སོ། ། རང་བྱུང་སྤྱི་ཚོར་ཚོན་  
 དེག་བལྟར་བཞག་གི། ། རང་བྱིམ་ཆེན་པོའི་སྐད་ལའང་  
 རྗེངས་བྱུང་པས། ། གཏམ་ལབ་ལག་བརྟུང་རེ་བའི་སྒྲུག་  
 པ་དེས། ། དེག་གཞུང་གན་མཛོད་གཉེར་བ་གད་མའི་  
 ཡུལ། ། བོང་བར་གསེར་ཐང་གཞལ་ཏེ་བཀའ་དྲིན་གྱིས། །  
 བསྐྱུངས་པའི་བྱུར་རེ་བོད་ལྗེངས་དེག་པའི་གནས། །  
 དམངས་ཁྱེར་གོང་དུ་སྤྱེལ་བ་ཉིད་ཡིན་མོད། ། ཚོན་གྱིས་  
 ཁ་བསྐྱུར་དོ་འདིས་འཕྱང་མེ་ཉུག། ། གནས་སྐབས་ཚོད་  
 ལྷའི་རྩུང་གིས་ཉེར་བཏེག་སྟེ། ། ཆེ་བའི་རིམ་པ་སྤྱིད་ན་  
 ལྷར་འཕགས་བྱང་། ། དམངས་ལ་པན་པའི་ལྱེད་གྱིས་  
 ཡོངས་བཏང་བ། ལྷར་མའི་ངང་ཚུལ་ཅན་དེའི་གནས་པ་  
 གཡོ། ། འོན་བྱང་སྒྲུག་བསམ་སྒྲོབས་པ་མ་ཉིད་ན། ། འགོ་



བྱིད་བཟང་ལོའི་གཟི་བྱིན་རྒྱབས་པའི་འོག ། མགོ་སྐྱུར་  
 དགོས་པའི་དགའ་ཆེན་ཅི་ཞིག་སྟེ། ། ཡུས་རྒྱུ་རི་བོ་སྒྲིམ་  
 བ་མ་ལགས་གྲང་། ། ན་ལྟགས་ཆ་སྒྲངས་མི་འཁོད་ནད་  
 བ་དང་། ། འཕྲོད་བསྟེན་མཐུན་བྱིན་མི་འཛུམས་སྒྲན་བ་  
 གཉིས། ། ལྟན་གཅིག་སྒྲིབ་སྒྲིང་བྱིན་ལྷོ་སྒྲན་ཁང་ན། །  
 གསེ་དཔྱད་གཞུང་ལུ་སྒྲིག་པའི་གུ་ཅེས་ཁེངས། །  
 ག་འགགས་གཅོད་རྩུབ་དཔྱད་སྒྲིར་བས་འཛུམས་དགོས་པའི།  
 ། ཁོང་སྒྲན་ཅན་དེས་བདག་ནད་འདི་ཙམ་ཞེས། ། ལྷ་ཅེའི་  
 འབྱམ་པུན་བསྒྲན་པར་དྲི་ཞིམ་གྱི། ། བྱག་པ་སྒྲིང་པའི་  
 འཇན་དཔྱད་དེས་ཅི་བྱ། ། རྟོ་རྩུབ་ག་འོར་དང་འཛུམས་གྱིས་  
 གཏུལ་བྱའི་ཡུལ། ། འཁོར་ཏུ་སྒྲ་ཞིང་མཐེན་པའི་ཐ་དངས་  
 དོགས། ། རྒྱུ་མེད་ཆར་དང་མེད་པའི་འཇམ་སྒྲོལ་གྱི། །  
 བསྐྱབ་བྱས་སྒྲ་ལུའི་ག་འོན་ཞིང་ཇི་ལྟར་འབྱུབ། ། གཡོ་



ལྟུང་ལྟུང་གྱིས་མཁེགས་བཟུང་སྒྲུང་པའི་གཞུ། ། འབྱོར་  
 པོར་བཀུག་པའི་ཆོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། ། གྲུ་གྲུའི་ཤུན་  
 བུལ་མདའ་མེར་སློབ་ཀན་ཞེས། ། འབྲས་མེད་འཕེན་ལེན་  
 ཏུ་མའི་རྒྱུ་གྱིས་མནར། ། རྩལ་ཆེན་འགོ་བྱིད་བཟང་  
 པོའི་མཛུབ་སྟེན་བཞིན། ། གཞུང་བ་ཤད་རིག་གནས་ཟུང་  
 འབྲེལ་ཡོན་ཏན་གྱི། ། སློག་སློན་སྲུག་པར་ཐོར་ཏེ་ཆེས་  
 གསར་པའི། ། སྒྲ་བྱིད་བ་ཤུལ་ལམ་མཆོན་པར་མི་དགའ་  
 ཡང་། ། ཞེ་གཏིང་ཆོར་མ་ལྟར་ཕྱུབ་མི་སྒྲུག་གཟུང་། ། ཁ་  
 བ་ཤད་མཛེས་འཇམ་དར་གྱིས་དྲིལ་བ་ཡི། ། ནང་ག་ཤེས་  
 དངོས་བདེན་ཆེས་ཉིད་འཆོལ་བ་ལ། ། རིག་གཞུང་མཁན་  
 པོའི་རིག་པ་སྒྲུང་ཡུ་ལའོར། ། ཉིང་ཞེན་ཕྱིས་བུམ་མཐོ་བའི་  
 གཉིས་འབྲུང་ཆོར། ། རིག་སློབ་ལྟར་གྲུའི་བཀའ་ལུང་ལས་  
 ལྟོག་སྟེ། ། དན་སྤྱིད་ལོག་འཆོ་སྒྲུང་མའི་དྲིས་བསྒྲུས་



དཔལ། ། གཡང་ཁར་གོམ་སྟབས་བསྐྱར་བ་བཞེག་ཐབས་  
 དགེ། ། དགའ་གཅིས་འོས་པ་གཅིག་ཏུ་ངེས་ན་ཡང་།  
 ཏུ་དེར་འཇིགས་སྟེར་གནས་འཕྱིག་གཞན་ཡང་སྟེ། །  
 འཐབ་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་ཀྱང་ངོ་གཉིས་པའི། །  
 མཐུན་ལམ་དེ་ལ་སྟེན་བརྟེན་ཅིས་མི་དགོས། ། གདོང་ལྡེའི་  
 དབང་པོ་རལ་པ་གསེག་ཅུམ་གྱིས། ལོག་སྟོང་ཁ་ཚོགས་  
 ག་ཤང་གཅི་འཁོར་བཞིན་དུ། ། རྩོས་པ་དྲི་ངན་དག་དང་  
 གཏམ་སྟན་གྱིས། ། སྒྲ་དང་ན་བའི་ལོངས་སྟོང་འགལ་  
 འདྲར་བྱས། ། མེས་པའི་བྱིམ་དང་ལཁོར་མེད་བཀའ་དྲིན་  
 དང་། ། རང་གི་ལཁོས་དང་རྒྱབས་ཆེན་སྟོབས་ཚུལ་ལ། །  
 མ་བརྟག་ཉམས་དགའི་ལོག་ཅན་ཕྱེ་མ་ལེབ། ། མེ་ལྕེར་  
 འཇོངས་བའི་ངོ་མཚར་ཕྱོགས་ཀུན་ཏུ། ། བཞི་ལྡན་ལོག་  
 སྟོང་ལ་ཞེན་དུག་ཟས་གྱིས། ། ཆེས་ཕྱིས་ཆོངས་པས་དྲོ་



[illegible]



སྒྲ་དོན་རྒྱན་གྱི་འཕུལ་ལྡན་བརྟེན་བྱའི་སྒྲིག་། ཕྱིན་ཅི་མ་  
 ལེག་རིག་པའི་ཁ་ལོ་བས། ། སྒྲན་ངག་རྒྱངས་འཁོར་  
 གཡས་ནས་གཡོན་ལམ་དུ། ། སྒྲོས་པ་འདི་དག་གསར་  
 བརྟེན་ཟམ་པར་སྟེམས། ། མཁས་པའི་སྒྲན་ཆོག་སྒྲ་  
 ཆོགས་རྟེལ་ཆའི་བྲིགས། ། ལེགས་བསྐྱེབས་ཇི་བཞིན་  
 སྒྲན་གྱི་བཅུད་མིན་ཡང་། ། དཔྱིད་དཔལ་གསར་དུ་འབོད་  
 པའི་ཁ་བྱུག་དབྱངས། ། རྩོམ་ལྡན་མགུ་བ་བསྐྱེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་  
 སྒྲམ། ། རྩོམ་ལྡན་ཆོས་ལ་བཞུགས་ཆོར་ཐོག་ལྷང་གུའུ་རིན་  
 མཆོག་གིས་ཆོད་ཡིག་དོན་ཆོན་གསུམ་སྒྲོག་སྒྱུངས་ཆབ་  
 རྩ་ཕྱིར་འཐེན་གནང་། རྣམ་རྒྱལ་པུ་གང་མཆོག་གིས་ཁང་  
 པ་རེ་ཞིག་སྒྲ་ལྷས་ལྷར་བདག་འཕུས་སྒྲལ་ཡང་ཆོག་  
 འཕེས་མེད་པར་དོན་རྒྱལ་བརྒྱུད་བཟླ་རྣམ་སོང་འཕུལ་གྱི་  
 ཁང་པ་དེ་ཡོང་ཐབས་ཞུས་པར་ཡར་བཞེས་ཐུབ་པ་ཞུས་



འབྲས་ཆེས་དག་ཉིན་སློབ་གྲར་སློབ། ཁང་མིག་གཉིས་  
 གསུམ་ཇི་དགོས་སློང་འོས་ཀྱི་བཀའ་བཟང་ཕེབས་ཚུལ་  
 གསུངས་ཀྱང་དོན་སློང་འོག་འག་ཁང་མིག་ཚུང་དུ་ཞིག་  
 ཏུ་ཞུགས། ཆེས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་བཞུགས་ཆོགས་ཐོག་  
 གྲང་མིའི་རྩའི་གྲང་མཆོག་གིས་ཆོགས་འདུའི་ཐོག་དང་  
 ཉིན་འགས་ནས་བྲག་གཡམ་ཏུ་དོན་ཚན་བཞི་ཡི་ལས་དོན་  
 སྐབ་པར་ཐོན་ཆོག་དགོས་བཀའ་ཕེབས། དོན་ཚན་བཞི་ནི་  
 གྲིལ་བསྐྱགས་ཡི་གེ་མིག་སྟོན་དང་འབྲེལ་མཁར་འགོ་  
 དང་མགོན་ཆེ་སོགས་ལ་བླང་དོར་མདུན་ལམ་ཁི་ཉིན་གོ་  
 བསྟོན་གནད་དོན་གསེད་བཀྲོལ་བྱ་ཞུ། ཁོང་བྱང་དང་དག་  
 དཔལ་བཅས་ལ་གོགས་སྐྱོན་ལམ་ལས་སར་ཡུལ་མི་  
 ཆོག་སྟོང་ལྟ་བུ་སྐྱུལ་སྟོང་། དག་དཔལ་ལ་བྲག་གཡམ་  
 ཀྱི་གཞུང་འབྲུ་བསྐྱས་པ་ནམས་དཀྱིལ་དམ་དུ་ཚྲོང་དགོས་



སྒྲོན་མངགས་བཞིན་འབྱོར་འདུག་མིན་བལྟ་བུ། ། གང་ཅིའི་  
 བྱེད་བབ་གནས་ཚུལ་ཡང་ཡང་འབྱུལ་དགོས་པ་བཅས་  
 སོ། ཐོན་བཀའ་ནམ་ཐེབས་བླ་ཉལ་ཉེར་མཁེ་རྩེས་འཁོར་  
 ཏུ་འདུག་ཆོག་འགྲོ་ཆས་ཉེར་བསྒྲེགས་ཨང་སར་གྱིས་  
 གནས་པའི་ངང་བྲག་གཡལ་རབ་སྒྲིང་བྱིམ་གཞིས་སུ་  
 ངག་ཆོགས་གྱི་བྱ་བཟླ་འཁོར་ཆོས་འབྱོར་ནད་མནར་གྱིས་  
 བྱ་ཆོབས་ཅི་ཆེ་ཡོད་ཚུལ་གནས་འཕྱིན་དང་བསུ་མི་ཆེད་  
 འབྱོར་ངེད་ད་ལྟ་ནང་བཞིན་སྒྲིང་ཐབས་བྲལ་བ་ཞིག་གུང་  
 ཁོ་པ་ཉིན་འགས་མ་བཏང་ན་མེད་གྱིས་ཕྱོགས་གཅིག་ནས་  
 བཀའ་ནམ་ཐེབས་བྲག་གཡལ་ཏུ་ཐོན་དགོས་སོགས་གྱི་  
 བྲོགས་འཁོག་མ་བཅོལ་ཐབས་མེད་བྲག་གཡལ་པ་བཅོལ་  
 ཟེར་བའི་བྱ་མི་ཞིག་འཕྲལ་རྒྱེད་ངེད་གམ་བཞག་ ཕྱོགས་  
 གཅིག་ནས་བྲག་གཡལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་ན་དཔེན་



འདུམ་དུ་འབྱེར་བེས་མཆོམས་དང་། དེ་མིན་ཉིན་ཞག་བཅུ་  
 འདས་ནས་ཡར་ཡོང་དན་གྱིས་ཆོས་བཅུ་བཞི་ཉིན་གཡོག་  
 ངག་ཆོགས་འགོ་དགོས་གྱུར། སློབ་གྲ་གྲུང་བྱེར་ (སློབ་  
 འབྱིང་) གཟུང་འཁོར་རེར་ཚུ་ཆོད་བཅུ་གཉིས་སྟོར་སྤུམ་  
 ཅུ་པ་སློབ་ཁྱིད་དང་། བོད་དག་ཆོས་སློབ་ཁྱིད་ཇི་ལྟར་  
 བྱེད་ཉན་པ། བོད་དག་ནམས་གྱི་དེབ་ལ་ཞུ་དག་ཅི་ལྟོགས་  
 བཅོམ། སློབ་གྲུང་གྲུང་མེད་བཅོམ་ལྟ་བུར་བ་དེ་འཛིག་འབྲུས་  
 མེད་པའི་བསམ་འཆར་གྲུང་བར་དགོངས་ཞུས་ལྟར།  
 གནས་ཁང་ཚུ་ཁར་རང་འགག་ཏུ་སྟོ་འབྲུས་བཀའ་བྲིལ་  
 བཞིན་ཆོས་༡༥ ཉིན་ནས་ཞག་སྟོད་མར་ཐང་དུ་བགྱིས།  
 མཁན་ཚུང་བྱེད་སྐབས་དང་། བཅིངས་བཀྲོལ་རྗེས་ཆབ་  
 སྟོད་བཅས་པར་མར་ཐང་མི་དམངས་ལ་གཞུང་ཆབ་  
 དཔོན་རིགས་གཞན་དག་ལྟར་མི་འཆོམས་བཅོམ་གཞོན་



ཆེ་རིགས་བྱས་པ་མེད་སྟམ་རུ་། གང་བྱུང་ལོག་གཡེམ་  
 གྱིས་མཆོན་སྟེང་ངན་བྱས་པ་ཇི་སྟེང་སྟབས། སྟབས་འདིར་  
 ཞི་ཡབ་སོགས་ལ་འཐབ་ཚུང་བྱ་སྒྲང་བཏེན་འཛིགས་སྒྲག་  
 ཆེ། འདི་སྟོར་ཞིག་ཏུ་སྟོབ་གྲར་དབང་འདུས་ཆེད་ཕེབས་  
 གསུང་མེལ་ལྟར་བྱང་དྲན་ཤུའི་ཁོངས་སྟོབ་སྟེང་དང་།  
 བཙོན་ལེན་ཡིག་འབྲི་ཞུ་སར་བཅད། ཟླ་༥་ཆེས་༡༠་ཉིན་  
 ཡང་ཤུ་གྲང་མཆོག་གིས་སེ་སེའི་བྱས་ཉེས་ཅི་ཡོད་ཡི་  
 གེར་འབྲི་འབྲུལ་དགོས་ཕེབས་བཞིན། ཆེས་༡༥་ སྟོར་སྟོ་  
 གཡང་བརྒྱད་ཟེན་བྲིས་བྱུང་གསལ་ལྟར་གྱི་བྱས་ཉེས་སྟན་  
 ཞུ་དང་ཕོ་དང་། བྱི་ཟླའི་ཆེས་༤་ལའང་ཕལ་ཆེར་གོང་  
 མཚུངས་ལ་རྗེས་དྲན་བསྐྱར་བསྟོན་ཅན། དེའི་ཆེས་  
 ༡༥་ལའང་སྟོབ་སྟེང་སྟོང་གཞི་དོན་ཚན་བདུན་གྱི་དྲིས་  
 ལན་དང་སྒྲགས། རང་གི་ལོ་རྒྱུས་ནག་ཉེས་གྲང་དྲི་བ་དྲིས་



ལན་དུ་སྐྱུར་བ་ནི་ག་དུང་ཡིག་ཆེན་མེ་ནམ་རྒྱལ་བརྒྱད་  
 ཡུལ་བེན་ཟུར་དུ་མཆིས། ཟླ་༥ཆེས་༥༠ཉིན་བོད་ལྗོངས་  
 རྒྱུ་གོའི་ཆ་༥གས་ཡིན་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་ཁུངས་དག་མང་  
 བོ་ལས་བཟུས་ཏེ་འབད་བཙོན་ཆེན་པོས་བཙུམས་བསྐྱེགས་  
 དུང་ཡིག་ཆེན་མེ་དོན་རྒྱལ་བརྒྱད་ཡུལ་བ་མཉེས་ཆོར་ཆེན་  
 བོ་ཡོང་རེའང་དེ་ཅམ་དགེས་རྒྱུ་ལ་བསྐྱུན་ཨེ་སོང་སྐྱམ་  
 དར་༥གར། དག་ཆོགས་དུས་ཐོག་མ་འབྱེར་སེམས་བྲལ་  
 འཁོར་ཏུ་ཕྱི་བར་བཏེན་ཟླ་༤ཆེས་༥༧ཁང་སྐྱུང་ཆོ་དབང་  
 བཟ་༥གས་འབོད་སར་བཏང་བ་ཁོ་པ་ཕྱི་ཟླའི་ཆེས་༥ལ་  
 ཡར་འབྱེར་བྲག་ཆབ་ས་མཆོམས་ནས་འཇུག་ཐོན་བདེ་པོ་  
 རང་མ་བྱུང་བའི་ཐོག་དག་ཆོགས་བྲིད་མ་བྱུང་པའི་གཏམ་  
 ངན་ན་བའི་ཆོར་མར་བྱུང་བས་ཉེ་འགམ་གྲོང་པས་ཐོས་  
 ཆོད་མཆོན་ཕྱིད་ཅམ་དུ་འབོད་བྱ་དགོས་ཟུ་ངན་ཆེན་པོས་



རོན། ཆོས་༡༥ ཉིན་བཀའ་འབྲེལ་བྲག་ཁོངས་འབྲུག་ཡོང་  
 རག་པ་འཇམ་འགྲུ་བཙུན་ལེན་སྒྲོར་དུང་ཆེ་དོན་རྒྱལ་  
 ནས་སྒྲོ་བཏོན་ལྟར་ངག་དཔལ་ཚད་གི་ཇོ་མོ་དང་། བུ་  
 འཁོས་ནོར་བུ་ཟེར་བ་གཏོང་ཕྱིས་ཉེ་གམ་རང་ནས་ཡི་གེ་  
 རྣམས་བཅས་ཕྱིར་ལྟོག་གི་ཆོད་མ་བྱུང་རྒྱུ་དེད་གྱི་ཁང་  
 སྤང་ཆོ་དབང་བུ་འཁོས་གཏོང་འགབ་གསུང་དོན་ཁོ་པ་  
 འཁོར་ཏུ་འགོ་འཆོར་ཆེ་ཞིང་བཟའ་བླ་མངལ་ལྟན་མས་དུ་  
 ལབ་གྱིས་བའོལ་རུང་ཐབས་འཁོས་སྒྲོ་ཆོགས་གྱིས་བྱེད་  
 མཐར་སྒྲེ་སྤུས་དང་བྱམས་པ་ཡི་འཁོས། ཇི་དུང་དེན་པེ་ཆེ།  
 དེན་དོན། མཁན་པོ་སྒྲོ་བཟང་རྩུན་སོགས་ནས་སྒྲི་མཛོད་  
 མཁར་འགོ་དང་། ངག་དཔལ། མགོན་ཆེ་བཅས་སུ་རང་  
 གཞན་བཙུན་ལེན་ཡིག་སྒྲོ་བཙུང་སྒྲོར་བྱེད་ཏེ་ཆོས་  
 ༡༥ ཉིན་ཆོ་དབང་བུ་འཁོས་མངགས་གཏོང་བྱས། ཁོ་པ་



ས་མཚམས་ནས་ངག་པས་བརྒྱུགས་པའི་ཉིན་ཆེ་བཅས་  
 ཡིག་རིགས་ནམས་བཞེད་དོན་ངག་ཚོགས་ཀྱི་བྱིམ་པར་  
 འཕྲོད་ཅིང་། དེ་ནས་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་མཁར་འགོ་སྟོན་  
 ཁུངས་སེ་སྟོན་འཕྲོད་ཐབས་བྱས་འདུག བང་མི་ཡར་  
 འཕྲོད་ངག་ཚོགས་དམག་ཁོངས་སྟོན་དགོས་བྱུང་ཚུལ་  
 གསལ་བ་སྟོབ་གྱུ་འོ་ཞེས་གྲང་དང་རང་འགག་དགོས་ཆེན་སྐྱ་  
 བྱུང་། སྟོབ་ཕྱག་འགའ་ཞིག མར་ཐང་གསན་སྤྲས་སྐྱ་  
 བཞུགས་པའི་དམག་དཔོན། ཚོན་སེ་ཡེ་དོན་འགག་སྟེ་སྟོ་  
 དེ་ཟུའི་རྒྱབ་ཁང་བསྐྱར་སྟོག་བཞི་ཟུང་གི་མདུན་གྲལ་  
 གཉིས་པའི་ནང་དུ་དོན་རྒྱལ། བསྐྱལ་བཟང་དབང་འདུས།  
 བྱམས་པ་ཡེ་འཤམ། རྗེ་དུང་སྟོགས་ཉིན་ལྟར་འཚོགས་པའི་  
 སྟོབ་སྟོང་སར་གནངས་ཆགས་ལྟ་བུར་ངག་ཚོགས་འབྱུག་  
 ཡོང་ངག་པས་བཅོན་བཞག་བྱས་ཚུལ་དུ་ཞུས་བྱས། བྱིས་



སུ་དེད་ཁོ་ཚོའི་ཕྱོགས་བྲིད་མ་ཐུབ་པས་འཁོན་སེམས་  
 སྒྲིང་བཅངས་དབྱ་བོ་འགའ་ཞིག་གིས་ངག་ཚིགས་དེ་ཚབ་  
 ཏུ་མངགས་པ་ཡིན་དོགས་སྒྲེ་བྱུང་བྱེ་ཡོད་ཚོད་ཀྱང་།  
 གོང་གསལ་དེད་བྲག་གཡལ་ཏུ་འགྲོ་དགོས་བཀའ་  
 མངགས་དང་ངག་ཚིགས་ཆབ་མདོ་ནས་ཐོན་ཚེས། བྲག་  
 གཡལ་དཔྱེན་འདུམ་དུ་འབྱུག་ཡོང་ཙུ་འཇུགས་སྒྲེན་ཟེན་  
 གྱི་དུས་ཚོད་དང་ངག་ཚིགས་དཔྱེན་འདུམ་ནམ་སེང་།  
 སྒྲིག་འཇུགས་ཡིག་ངན་དུ་མིང་རྟགས་གསལ་མིན། ངག་  
 ཚིགས་གྱི་བྱ་བྱུག་ན་ངེས་ཆེན་དེས་ཉིན་འགས་ནས་འགྱི་བ།  
 འདི་ནས་གནས་ཚུལ་བབ་གསོལ་གྲངས་མང་བྱས་པ་  
 བཅས་གྱི་དངོས་དོན་གསལ་པོ་འདི་དག་གིས་གངས་རིའི་  
 རང་མདངས་དཀར་པོ་ཉིད་ལས་བསྒྲེན་དུ་མེད་དོ། **གདོང་**  
**ལྡེའི་དབང་པོས་ཕྱོགས་མཚམས་སྤྱང་བ་ཡི། ། གནལ་**



ཡས་འདི་ན་བདག་ཅག་འཛིན་བྲལ་ཡང་། ། བདག་སྙིང་  
 གཉིས་པ་ལོག་ཅན་ལྟ་དམར་གྱི། ། མཆན་དུ་ཚྱོད་འདིར་  
 ཐབས་འཁོས་ཅི་རང་དྲག ། གྲོགས་པོ་ལངས་གཏི་བདག་  
 པོས་བརྟུས་བྱེད་སྤྱོད་སྙིང་བའི་རྩེ་བོ་མ། ། གྲོགས་བྲལ་  
 སྤྱོད་གྱི་པོ་ཏའི་བདག་པོའི་ནམ་འགྱུར་སྙིང་ངག་མ་ཡིན་པ།  
 ། གྲོགས་མཆོད་སློབ་གྲུའི་སྤྱོད་མོས་ཚལ་ན་ཟུང་ན་  
 ཞུགས་གྱིས་ཆེར་བསྐྱེགས་པས། ། གྲོགས་པོར་བསྟེན་  
 འོས་ངོམ་ཚུར་ཐུག་གུང་གོམ་པ་ཐ་མས་བར་དུ་བཅད། །  
 གྲོགས་བྲལ་རང་གི་ཐུག་པ་ཆད་མཚུངས་ཉིན་མཚན་  
 འབྱོལ་དགའི་པོལ་མིག་ཁར། ། གྲོགས་བཟང་དག་ལྗས་  
 དབང་མེད་གཙུན་པ་འགྱུར་བྱེད་ལྡོས་འཕྲད་ཐུག་བསྐྱལ་  
 གྱིས། ། གྲོགས་ཆོགས་དཔུས་སུ་ཆེ་ངའི་ཞུ་འཁོད་སེམས་  
 མེད་ནམས་གུང་འདར་བྱེད་དེས། ། གྲོགས་པོ་ཆབ་སྤྱོད་



སྒྲོལ་སྒྲོང་པ་ཚོར་དཔེན་ངན་སྡིག་སྒྲོད་དྲན་བསྐྱེལ་  
 ཐེབས། ། མེ་དཔུང་སྒྲོང་ན་བསེལ་བ་ཇི་ལྟར་རང་བཞིན་  
 བདེ་བྲལ་ལཁོར་བའི་ག་ཤིས། ། མ་རིག་གིས་སྒྲོངས་ཏེན་  
 འབྲེལ་འབྲུལ་པས་ཏེན་ཁ་འདི་ལྟར་བརྒྱད་མར་བསྒྲིད། །  
 འབད་པ་བརྒྱ་ཡིས་གྲེན་དུ་དྲངས་བྱང་ཐུར་ལྷུང་ཐོ་ཚུན་  
 འབྱུང་མེ་ལྟར། ། མེས་པོ་འཆོམ་པས་བྱ་བྱུར་བྲིས་པའི་  
 དཔྱལ་བའི་རི་མོ་བསྐྱབ་སྒྲ་མིན། ། འདི་སྐབས་དུང་ཆེ་དོན་  
 རྒྱལ་མཆོག་ལ། བཅིངས་བཀྲོལ་དམག་བྲག་གཡལ་ཏུ་  
 འབྲུག་ཡོང་འཇོམས་འཇགས་ལ་འཕྲལ་ཐེབས་གནང་  
 བཞིད་ཡོད་ཕྱིན་ཆབ་ཁོངས་ཐིག་འོག་གཟིངས་ཡུད། བྲབ་  
 ་ཤི་སྒྲོད་མའི་ཁོངས་བ་འབྱངས་བརྒྱད་གདོད་ཀོང་མདའ་  
 རྫོང་ཁང་པར་ཞུགས་ན་སྤྱང་བཀག་བྱ་མི་མང་པོ་མེད་  
 ཚོད་རྫོང་ཁང་བཙན་པ་དང་། དེམ་གྲིས་དཔྱེན་འདུམ་



མེགས་སུ་ཕེབས་ན་སྟབས་བདེ་ཡོང་གནས་ནས་བསམ་  
 འཆར་ཡང་ཡུལ། ཟླ་༧་ཆོས་༡༧་སྒྲོལ་སྒྲོལ་སྒྲོལ་སར་དེད་  
 བྲག་གཡལ་ཏུ་བཙོན་ལེན་གྱི་ཕྱིར་དེ་བསྒྲོལ་བཀྲིས་ན་ནས་  
 ཟློང་མཁན་བྱུང་བར་དེན་ཆེན་གཞན་འབྲུག་པར་དགའ་  
 ཡང་ངག་ཆོགས་ཅམ་ཚུར་འགགས་ཡར་བྲིད་ཐུབ་རེ་ཆེ་  
 རུང་ཁས་ལེན་ངེ་བཞིན་མ་སྒྲོལས་ཁར་སྒྲོ་མཐུན་ནམ་པ་  
 འགས་དགྱིལ་དམ་དུ་དེ་ཕེ་དང་ལྷན་ཅིག་འགབ་ཅེས་  
 གསུངས་པ་མང་། ཆོས་༡༤་ཉིན་དེད་འཁོས་མེད་མི་ཚུང་  
 ཞིག་ལ་ཚུ་སྒྲུང་གམ་རྟོར་ནོར་བུའི་གཟིགས་སྟངས་གནང་  
 རྟེ་གཞུང་ལས་ཁང་དུ་ཆེད་འཕོད་ཁང་གྲུ་རིན་མཆོག་ཉིད་  
 གྱིས་དེད། ཕན་གྲུང་ཨུའི་དང་། ཕྱན་གང་ཕྱན། ཁང་ཉིད་  
 བཅས་གསུམ་གྱི་ཆོབ་བྱས་བཀའ་སྒྲོལ་ཞིབ་རྒྱས་སྒྲུ་མདུན་  
 རང་དུ་བཏབ་བེན་ཟུར་ཡོད་ལྟར་བྲག་གཡལ་ཏུ་འབྲུག་



ལོང་མི་བྱེད་པའི་བཙུན་ལེན་དུ་ཐོན་དགོས་གསེར་གྱི་  
 བཀའ་ལྟར་ཅོད་པན་དུ་བཅིངས་སོ། ། གཞན་དབང་  
 ལུལ་ལྟན་གཏིབས་པའི་ནགས། ། ལོག་ལུག་ཞུགས་  
 གྱིས་མཆོད་ཉི་འདིར། ། ཆར་རྒྱན་དྲག་པོས་གཞིལ་འོས་པ།  
 ། རྒྱ་འཛོན་ཁྱེད་གྱི་དུས་ལ་བབ། ། ལོག་པའི་གཡང་སར་  
 འཁྱེར་ཁྱེད་པ། ། མི་སྤྱན་ཅང་ཤེས་འདུལ་བའི་གཏིན། །  
 ལྷག་སྒྲེ་རིན་ཆེན་སྤུང་བཟང་པོ། ། འཛོན་འདི་གྲོགས་པོའི་  
 ལས་སྒྲུལ་ཉིད། ། ལྷན་པོ་བསྟེལ་རྒྱས་སྟོབས་གྱི་འཕུལ། །  
 གྱེ་མའི་ཁང་བྱར་མི་གཟུར་ཡང་། ། རང་སློག་གཏོང་བཟོད་  
 དེད་དཔུང་གིས། ། གཅིག་ལའང་ཐལ་མོས་བསྐྱུན་ལ་  
 འཛོར། ། གནམ་ལྷགས་ཐོག་གི་མདའ་བོ་ཆེ། ། གཟེར་  
 ཡུར་ལམ་འཕྲང་འགག་དེ་སྟེ། ། མིག་དང་ན་བ་མི་ལྷན་  
 པའི། ཟླ་མཆོའི་མས་བསྟོ་བ་ཉན་པར་དགའ། ། རྒྱ་མཆོའི་



དེད་དཔོན་བུའལ་ལམ་ས་མཁན་དང་། ། ཕ་རེལ་ནམ་  
 དར་གཞོན་དང་གྲོགས་སུ་འགྲགས། ། འདུམ་སྒྲིག་བཟོ་  
 ཚོང་ཞིང་འབྲེག་ལ་སོགས་པའི། ། འདོད་དོན་སྐྱབ་ལ་ནང་  
 རྒྱས་འཁེལ་པ་བསྐྲགས། ། དེད་གསུམ་ཚབ་གྱིས་བྲག་  
 ཁུལ་ལོག་སྦྱོང་པ། ། ལྡ་པའི་ལམ་རྒྱགས་གཡང་ལས་ཁ་  
 བསྐྱོར་ཏེ། ། ཚུལ་བཞིན་སྐྱབས་བཅར་དྲག་གཞོན་མི་  
 དགོས་པའི། ཐབས་འཁེལ་ལས་གྱི་བགོ་སྐལ་དང་དུ་  
 ཡོངས། ། ག་རེ་གྱི་ནང་རྒྱ་འབྲུལ་ཆེས་དཀའ་བ། ། རྒྱ་སྒྲིན་  
 འབྱུང་གནས་འཛིང་བཀལ་ནས། ། འཛིག་པའི་གཙུག་ནོར་  
 ཡོན་པ་དེ། ། བདག་ལྟའི་སྒྲོ་སྒྲོབས་རྒྱུ་བས་མིན། ། འདབ་  
 མའི་འཁོར་ཏེ་ཅན་གྱི་སྒྲེར་མཚུངས་གྱུང་། ། རྣང་ལྷན་འདུ་  
 འཁེལ་འཁོར་ཏེ་ཐ་དད་པ། ། རྒྱན་དྲག་སྒྲ་བའི་ཚོང་དུ་དང་  
 བའི་མཚུ། ། རྒྱས་ཆེ་ལྷན་ཁུང་གཞིབ་དེ་ཐག་མི་རིང་། །



སྟོང་སྤྱག་སྟོ་ཏ་ཉི་ལའོར་གནས་དང་བཅས། ། བཙེ་མེད་རྒྱ་  
 མ་ཏ་ཡིས་དམ་པོར་བཅེངས། ། ཐབས་ཆེན་སྤྱེལ་རྒྱལ་  
 གྲོགས་སུ་སྟོང་ན་ལས། ། གཞུ་རྒྱལ་དགའ་ལའུར་དགའ་  
 བྱེད་ལྟ་ངན་འཕྲོབ། ། འོན་ཀྱང་འགྲོ་ཀུན་བདེ་ལྡན་སྤྱག་  
 ཐལ་དང་། ། ཏང་དང་མི་དམངས་ཞབས་ཞུས་ལྟར་ཡིན་  
 ཞེས། ། ཏག་ཏུ་ཁ་གཡང་ཅན་དེ་ལག་ག་ཐུག་སྐབས། ། བྱི་  
 བྱད་བྱས་ན་མི་ལས་བྱིར་མི་རུ། ། བསྐྱབ་བྱའི་འདབ་ལྡན་  
 རྩ་གྲོགས་རུར་པ་མོ། ། བཙན་དབང་ཇག་པའི་སྟོ་ལ་  
 ཐོགས་གུར་པ། ། ཐབས་གྱིས་རྒྱ་ལས་བཀྲོལ་ན་དེ་མ་  
 ཐག ། བདག་གམ་པད་མཆོར་ལྟོག་འགྱུར་འདི་ནི་ངེས། །  
 གཉིས་སུ་སྟོ་པོ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་སྟོག ། ཏམ་ངའི་གཡང་  
 སར་ཕྱོགས་པ་ཐར་གུར་ཆོ། ། དོན་མེད་སྟོ་འཆི་བབྱང་  
 ལས་འདས་པའི་ནང་། ། ད་ངེས་འཆི་བ་དེ་ནི་དགོས་པར་



ལྟན། ། གསུམ་དུ་བདེ་འཇགས་ཡུལ་དང་བཟ་འགྲོ་འགྲོ་ལོ་དང་།  
 ། དམངས་དོན་མཆོག་དང་གཞུང་ས་བསྟོན་དར་དམར་  
 རྣམས། ། རང་གཞན་བསོད་ནམས་དཔལ་གཟུང་མཁུ་  
 རྟོགས་ཀྱིས། ། ལྟན་ཅིག་ལག་སོན་སྒྲུལ་བ་ཡོད་པའང་  
 སྤྱོད། ། རོར་སྤང་ཡིན་ཡང་མཆོང་ཞིག་པའི། ། བདག་པོ་  
 བཀའ་ལ་སྟོག་དང་བསྟོ། ། གང་ཆེ་ཏྲག་ཏུ་གཅེས་  
 བསྐྱེད་པའི། ། བྱས་པ་མི་བཟོ་ཕྱགས་ལས་དམན། །  
 གོང་མའི་ཐུགས་རེ་ལན་ཅིག་བཀའ། ། གྱེན་དུ་སྒྲེག་པ་སྒྲ་  
 མིན་ཏེ། ། རྣམ་ཀུན་དུ་གི་འབྲུ་གསོ་བ། ། རྒྱ་སྤོན་གསོད་  
 ལ་མ་ཡིན་ནམ། ། བཀའ་ལྟར་རོར་བའི་ཅོད་པན་ནི། །  
 ཆོབ་གསུམ་གཟེ་འོད་འབར་བ་ཅན། ། གས་པའི་ཐལ་  
 མས་ལེགས་སྤངས་ཏེ། ། ཆོང་གནས་མཛོས་པའི་རྒྱན་དུ་  
 བཞོད། ། ཆོས་ལ་འཁོར་དེ་རྒྱལ་གསུམ་དང་ཆག་ཡང་



གཉིས་སྒྲོལ་དྲིལ་སྒྲོལ་དྲིལ་བསྐྱགས་སྒྲོལ་གྲུ་པ་ནམས་  
 སྒྲོན་བསྒྲོད་གྲུལ་ཞུགས་ལག་བརྒྱངས་འཕོད་སྒྲོར་བཅས་  
 དགའ་ཚོགས་ཁྲིམ་སྒྲོར་དུ་ཞུགས། ཆོས་ཨ་ཁྱེན་དེད་  
 བྲག་གཡལ་ཏུ་བསྒྲོད་པར་ཆེད་སྒྲིག་དགའ་སྒྲུལ་གསེལ་  
 སྒྲོན་དང་འབྲེལ་བའི་བཞུགས་ཚོགས་ཐོག་ལྷང་མཆོག་  
 དང་ཁྱང་མིས་རྩེ་གང་། རྩུ་དོན་རྒྱལ། རྩུ་དོན་པེ་ཆེ།  
 བསྐྱལ་བཟང་དབང་འདུས། བྱམས་པ་ཡེ་ཤེས། འཕགས་  
 མཆོག་སོགས་ནས་དགོངས་འཆར་བསྐྱབ་བྱར་བཅས་དེ་  
 རྩལ་དྲིལ་བསྐྱགས་ཡིག་རིགས་ནམས་སྤུལ། ཏཱ་ཁལ་དང་  
 མཉམ་བསྒྲོད་ཟླ་བོ་ཚུན་གཙོ་འཛིན་ནམ་པས་བྲུགས་  
 འཁྱར་ཆེ་བཞེས་དང་འབྲེལ་ཟླ་༤ཆོས་ཉཆབ་མདོ་ནས་  
 ཐོན་མེ་རེད་། ཕྱིར་ནང་ལམ་བར་ཆབ་ཁོངས་རྫོང་འགོ་  
 དགོན་དུ་བཞུགས་པ་མཁར་འགོའི་དགེ་རྒན་དགེ་འདུན་



ཡུན་ཚེགས་སར་ཆེད་བསྐྱོད་པན་ནུས་ཟབ་མེ་ཐོན་རེས་  
 མཁར་འགོར་འབྲུག་ཡོང་སྒྲོང་འགའ་མི་ཆེ་བའི་སྒྲོབ་སྒྲོན་  
 རང་ཡིག་བསྐྱར་རེགས་ལབ་སྟེ་ཐིག་འོག་སྒྲོབས། གནས་  
 ཚུལ་ཉལ་བས་མཁར་འགོ་བོད་ཟླ་༤པའི་ཆེས་༡༤སྟེར་  
 རས་བྲག་ཁྲལ་ས་གནས་རེས་མེད་དུ་ཐོན་བསྐྱོད་ཟིན་པ་  
 དང་། དམག་འདོམས་ཚོས་བྱི་ནང་རྒྱ་འབྲུལ་ལ་བཀག་  
 སྒྲུམ་ངེ་ཆེས་ཡིག་སྒྲེལ་བང་མིའང་རྒྱར་འཕངས་ཚུབ་སྐྱོད་  
 ཉེན་ཁ་ཆེ་ཚུལ། ཟུབ་འབྲི་སྒྲུང་ནས་མངོན་རྒྱར་གིས་འཇུག་  
 ན་དེ་བྱེགས་འགོ་ཁག་གཞན་གྱི་སྒྱུར་དམག་མང་པེ་མེད་  
 ལྷགས་གསལ་སྟབས་རེགས་པ་རྒྱས་མེད་འདྲ་མིན་  
 འབྲིད་འགའ་ཆེ་མིན་བརྟེན། མི་མཆོག་དུང་ཆེ་ནམ་རྒྱལ་  
 མདུན་ཞུ་ཡིག་དང་བཅས་བཀྲ་བསྟན་བྱིར་མངགས། ཆབ་  
 ཁོངས་ཐིག་འོག་ཚང་གི་བྱ་བྲིད་དེ་བ་འབྱུངས་མདའ་ནས་



འཇུག་བར་གཡས་གོང་པར་སྒྲེབས་མཚམས་ངག་ཚིགས་  
 ཐུབ་འགྲི་སྒྲུང་ནས་ཡར་ཡོང་དང་ཐུག་འཕྲད་གྱིས་རབ་  
 སྒྲོང་ཚང་གི་བྱིམ་དུ་བསྐྱོད་དོ། གང་ཆེ་བསིལ་ཟེར་ཅན་  
 གྱིས་རིག་པའི་མེད། ། ཀུ་ལུ་ཏ་ཡི་མངོས་པ་བཞད་ཇི་  
 བཞིན། ཐུག་སར་སྒྲེབས་ཉིད་དང་པའི་འདོད་དོན་མཆོག །  
 གྲོགས་གཅིག་འགྲི་གསོན་འཕྲད་པའི་དགའ་བ་ཐོབ། ། ཨི་  
 མ་བདག་གི་ཉིད་པ་ལས། ། ཐོག་མར་དག་བ་འདི་ཉིད་དེ།  
 ། གང་ཕྱིར་ལག་པ་བྲལ་གྱུར་ན། ། ཟས་དང་སྒྲིམ་ཡང་ཇི་  
 ལྟར་འབྱེད། ། གྲོགས་གཅིག་ལོག་པའི་གཡང་སར་ལྷུང་  
 དེའྲ་པས། ། འགན་དང་ཉིན་ཁར་མ་འཇོམས་བདག་འདིར་  
 ལྷགས། ། དེ་སྒྲིན་གསར་བཞེ་རིག་པའི་གཞུང་ལྷགས་  
 མང་། ། ཡང་ཡང་མཉམ་བཞུགས་བསྐྱེལ་བར་མ་གྱུར་  
 ཏམ། ། མ་འཇིགས་བཀའ་ལུང་འོད་གྱིས་འབྲུལ་པའི་ལུན།



། ཡེངས་སུ་བསལ་བའི་རེ་བ་བདག་ལ་ཡོད། ། དལ་  
 གྱིས་ན་བ་སྒྲེགས་དང་འུ་ཅག་གཉིས། ། ཟུང་ལྗེལ་བྲག་  
 རྒྱུངས་བདེ་ལ་འགོད་ཕྱིར་བཅོན། ། དེ་ནས་ཁོ་པ་དང་དེར་  
 ཡོད་དམག་མི་གོང་སྡེ་བཅས་ལ་ད་ལམ་ངེད་ཡོང་བའི་  
 དགོས་དོན་དང་། ས་མཚམས་སྤྱང་བཞག་འབྲུག་ཡོང་མི་  
 འོས་མི་ནུས་པའི་རྒྱ་མཚན་བ་འད་པར་ངག་ཚོགས་  
 གཙོས་པ་འགའ་ཞིག་ནས། ངེད་མི་འདོད་བཞིན་བཅོན་  
 བཞག་བྲབ་འབྲི་སྦྱང་མའི་དམག་དཔོན་དུ་བསྐྱོས་གྱུང་།  
 འགོལ་དམག་འཕྲལ་ཕེབས་བདེ་སྒྲག་འགོ་འབྲལ་ཞུ་ཆོག་  
 ཅིག་གི་དུས་ཚོད་ནམ་ཡོང་སྟམ་སྟེམ་པ་རྒྱ་འདོད་ལྟར་ལ།  
 ད་ཆར་བསམ་པའི་མདའ་མོ་འབེན་ལ་ཕོག་སྟབས་བྲབ་  
 འབྲི་སྦྱང་མའི་དམག་མི་ ༥༥ སྟོར་ཡོད་ནམས་སྒྱུ་ཚབ་  
 མདུན་མགོ་བཏགས་ཞུ་བ་ཡིན་པས་འཕྲལ་བདེ་ཡུག་སྦྱིད་



མགོ་འདོན་བྱེད་མཁུན། ཞེས་དང་། ད་སྟེན་དེད་ནམས་  
 རང་བྱིམ་ཉི་འགྲམ་ལས་རྒྱུ་དེད་བསྟེན་དགོས་མ་བྱུང་  
 ཡང་། དེ་འགོར་སེ་དེས་གྱིས་མཚོན་ཡང་ཡང་འཛོམས་  
 དགོས་གྱིས་ཆེས་སྤྱན་འཕྲལ་དུ་དམག་གོལ་ན་ཞེས་དང་།  
 རྒྱ་པར་དངུལ་དག་ཐང་གི་དམག་མེར་འགོ་འབྲལ་ཞུས་  
 ན་ཞེས། རྒྱ་པར་འགོལ་དམག་ནམས་གདོང་ལོང་མདའ་  
 རྩོང་དུ་གདན་འདྲེན་ཞུ་ན། ཞེས་པའི་གོས་འཆར་ཁག་  
 གསུམ་བྱུང་ཡང་། ལོག་སྟེན་ཚོགས་པའི་དམག་སྟེལ་  
 སྟོག་བྱིམས་བཅོན་ཁར་དམག་སྟེ་ཁི་ལ་ལྷེ་འཆར་དང་།  
 གཟིམས་དཔོན་སྟོ་དགོ་གཉིས་གྱིས་ཐག་ཉིའི་སྟོད་སྟོད་  
 ནས་གཙུན་མུར་དམག་གོལ་དྲིལ་བསྐྱགས་དང་། རྒྱ་པར་  
 འགོལ་དམག་ལ་མགོ་འབྲལ་ཞུ་རྒྱ་བཅས་བྲབ་འབྲི་སྟོད་  
 མའི་དམག་གི་བྱིམ་པར་ཉིན་ཁ་འབབ་པ་ཅོམ་ལས་



དགོས་ཁྱད་ལྷག་པོ་མེད་པ་དང་། མདའ་རྫོང་དུ་གདན་  
 འདྲིན་ཞུ་རྒྱ་རྒྱ་པར་འགྲོལ་དམག་ཇི་ཙམ་མི་འཕེས་ཁར་  
 འཕྲལ་པེབས་བྱབ་མིན་གྱུར་ན་བྱེད་མང་བྱ་འཁོར་དང་།  
 དབྱེན་འདུམ་སླེབས་ན་རྩ་བའི་དཔེན་རིགས་རྣམས་འཇམ་  
 པེས་སྒྲོ་འགྲགས་ཡོང་རེ་ཞིག་གྱུར་དགོས་པ་བཅས་  
 བསམ་འཆར་དེ་དག་ལག་བསྟར་མ་བདེ་ཞིང་། ཁོ་ཚོའི་  
 མཚོན་ཆ་བསྟུས་པས་ཕན་སླེབས་དེ་ལས་གྱུར་ཆེ་བ་མི་  
 ཡོང་དངོས་གསལ་དམག་དཔེན་དུ་བཏགས་པ་དག་  
 ཚོགས་དང་། བྱབ་འབྲི་དམག་ཁོངས་སྤྱད་མའི་མི་  
 ༤༤ཁོངས་གཏོགས་སྡེ་དུད་བཅས་ནས་གནས་སྐབས་  
 མགོ་རིང་བཏགས་། ར་མ་བྱུང་བཏགས་གྱི་དཔེས་ས་  
 གནས་སུ་འགྲོལ་དམག་འབྱོར་བསྟུན་མགོ་འབྲལ་ཞུ་རྒྱུ་  
 ལས་ཀ་ཀོར་སྡེ་གཅིག་མེད་འགན་སྒྲུངས་པ་ནི་ཕྱོག་མར་



དག་བའི་ལས་དོན་ནོ། ། འངས་གྲོང་སྐམ་སའི་བྱོན་ནས་  
 འབབ་པའི་རྒྱུ་། ། བམས་ཅད་རྒྱ་མཚོ་ཆོན་པོར་གཞིལ་བ་  
 ལྟར། ། དམངས་ཀྱི་སྒྲེ་གྲོས་རྒྱ་ཁྱེད་སྟོང་པ། ། ཡང་དག་  
 གྲོས་གཞིའི་རྒྱུ་བྱ་གཅིག་ཏུ་འབྱེལ། ། ཆོས་ལ་ནས་བརྒྱུད་  
 པར་བྱབ་ཤི་སྟོང་མའི་དམག་དཔོན་སྒྲེ་ཆོ་ཆེད་འབོད་  
 བགྲོས་པ་འབྱོར་མིན་དེད། ། འཤེ་མ་ཁེ་སྟོངས་པ་མི་བཞི་  
 ཐུག་འཕྲད་ལ་བྱུང་གཤོང་ཁེ་ལ་སྟེ་འཆང་སར། འབྲུག་  
 ཡོང་གི་བྱ་བ་ས་མཚམས་སྤྱད་བཀག་མི་འགབ་ལུགས་  
 ཆོག་དོན་གནད་འདུས་ཡིག་འཕྲོས་དང་། དེད་དཔྱེན་  
 འདུམ་དུ་འགྲོ་རྒྱུར་དེ་སྟོར་གང་ཅི་ཞིབ་ཆའི་འདུན་གྲོས་བྱ་  
 སར་དཔྱེན་འདུམ་དུ་འབྱོར་བ་བྱ་གལ་ཡི་གོ་དང་། དོགས་  
 སེལ་གསར་འབྱུར། ཆོད་དོན་ཡིག་ཁག་བཅས་དང་།  
 སྟོང་མའི་དམག་དཔོན་སྒྲེ་ཆོ་མ་འབྱོར་རུང་འབྲུག་ཡོང་མི་



འགའ་པའི་སྒྲོབ་སྒྲོན་ཡི་གེ་བཏང་། ཆབ་མདོ་རྒྱུ་ཆེ་དོན་  
 རྒྱལ་སར་འདི་པན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་འབྲི་འབྲུལ་བྱས།  
 སྐབས་འདི་དག་ཏུ་བྲག་ཁུལ་ལོག་སྐྱོད་དཔོན་དམག་  
 ནས་ཕྱི་ནང་རྒྱ་འབྲུལ་བཀག་སྡོམ་ནན་ཆེས་གནས་ཚུལ་བྱ་  
 སྐྱེལ་བ་ཡིན་འདྲག་ཅེས་རྒྱལ་མཚན་དང་། དེ་པེ་མཆོག་  
 ནས་བཏང་བའི་ཡིག་སྐྱེལ་བ་རྒྱུ་འཕངས་པ་སོགས་  
 སྒྲིག་སྐྱོད་ཡ་ངའི་རམ་བེལ་འགྲོ་ཏུ་ཆེའང་སྐྱབས་པ་ཆེ་  
 བསྐྱོད་ངག་ཆོགས་བྲིད་ཆོས་དཔལ་སྐྱོད་ནས་ཐོན་ལྷུ་སྒྲུ་  
 བསྐྱད། ཕྱིར་ནང་གཡག་རྒྱ་འབྲུབ་པས་གཞུང་ལམ་ནས་  
 མ་ཐར་ཡེར་དགོན་དང་རྒྱ་སྐབ་བེ་རྒྱ་བརྒྱད་སྐྱ་འཕྱད་ལ་  
 ལྷ་སར་འབྲུག་ཡོང་པ་ནམས་ཅུ་མེད་བཏང་སྟེ་བདེ་  
 འཇགས་བེན་ལྷགས། སྐྱོ་བོ་བྲབ་ཆོག་དང་། རྒྱུ་པེ་སྐྱོད་  
 ཆེན་སོགས་ནས་ངག་དམག་ཕྱིར་བསྐྱད་དང་ཕྱོགས་ནས་



བཟུང་དང་འཛིན་མུས། འོ་ལྟར་ཕྱོགས་གྱི་ཇག་ཚོགས་  
 འཕྲོས་ལུས་གྱུང་འཕྲོར་ཏེ། གཞི་རྒྱ་ཕྱོགས་མཚམས་ནས་  
 འགྲོལ་དམག་ཁྲི་ཕྲག་མང་པོས་བསྒྲོར་བཞིན་ཡོད་པ།  
 མེས་རྒྱལ་དང་བཅུངས་བཀྲོལ་དམག་གི་སྟོབས་འབྱོར་  
 དཔུང་སྟོབས་ལ་སུས་གྱུང་འགྲན་ཟླ་བྲལ་ངེས། ཏང་དང་  
 གསར་ཤིང་སྲིད་ཇུས་མི་དམངས་རང་གི་ཁི་ཕན་སྐྱབ་  
 མཁན་དང་སྐྱབ་ཐབས་ཁོ་ན་ཡིན་པ། ཚོས་དད་རང་མོས་  
 སྲིད་ཇུས་འགྱུར་མེད། དེང་སྐབས་འདི་ཁྱལ་དམག་བརྒྱ་  
 གོ་བསགས་བྱས་གྱུང་འཕྲལ་དུ་མགོ་འབུལ་ཞུས་ན་  
 འབྲུག་ཡོང་ཅན་ཁོངས་མི་འཛིག་པའི་ཞལ་བཞེས་ཡོད་  
 པ། འབྲུག་ཡོང་མཁན་ཉེས་ཅན་ཡིན་ཡང་མགོ་བཏགས་  
 སྐབས་བཅར་ཞུས་ན་མི་བྱེད་བཞི་ཡི་སྲིད་ཇུས་བཟུང་བའི་  
 འོག་ཡེའམ་བཀའ་འོག་དམ་འབྱུར་འདི་ལྟར་སོགས་ཅི་



འཤམ་གང་འཚམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་མེལ་བཞིན་པར་དབྱེན་  
 འདུམ་ལྡེ་འཆང་བཀྲ་རྒྱལ་འགག་ཏུ་འཛུལ། ལྡེ་འཆང་ཁོང་  
 པ་རང་བྱིམ་བྱབ་འབྲི་མདའ་བ་ནས་དབྱེན་འདུམ་དུ་འགོ་  
 འཕྱི་ངག་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ཟླ་ཕྱིད་ཅམ་ལས་མ་སྐྱབས་  
 ལྟམས། ངག་ཚོགས་དང་འདྲ་བར་འབྲུག་ཡོང་སྒྲིག་  
 འཛུགས་དང་པོར་བྱ་སྐབས་མ་ཐེ་འདུག་མོད། གྲལ་རིམ་  
 མིང་དོན་ལ་བརྟེན་པའི་རྟོང་ཞེན་ཆེ་ཞིང་། སྒྱི་གོས་སུ་  
 ཞྭགས་བཞིན་གོས་ཚོགས་སུ་གཏམ་བཟོད་བྱས་རིགས་  
 ཞིབ་པ་བྱེདས་ནམས་གསང་སྟེ་མི་བ་འད་བྱུང་། ཉེ་དུར་  
 མོང་སྐབས་ངེད་གསོད་བཟུང་གི་ཉེན་ཁ་ལ་ནི་ཁོང་དང་།  
 མགོན་ཚབ་ལ་མགོ་བོར་བུམ་པ་བཞག་ཕྱིད་ཆོས་ལྷགས་  
 མགོ་བསྐྱོར་དེས་པན་པ་བྱུང་། ལྡེ་བཀྲར་ངེད་ཡོང་དོན་རྒྱ་  
 མཚན་ཞིབ་བ་འད་འབྱེལ། དཔོན་འབངས་སེར་སྐྱར་དེ་



དེ་ན་བསྐྱབ་བྱ་དྲིལ་བསྐྱགས་བྱ་ལྟགས་ཅི་འགབ་གྲོས་འདྲི་  
 བྱས་པར། དེ་རིང་རང་ལྟར་སྒྲིང་དུ་འཛོགས་ཏེ་དམག་  
 བྱིམས་ཅུ་ཆོག་གསར་བཅོས་སྒྲོག་སྒྱུངས་བྱེད་སྒྱུངས་ཏེ་  
 ཅང་དེ་ནན་དཔའ་ངར་སྒྱེད་སྒྲང་བཏེན་དཔེན་དམག་  
 ཡོངས་སམ། དཔེན་རིགས་སྒྲི་བསྐྱ་རྒྱབ་བསྐྱབ་འདོམས་  
 ཡིན་ཁྱུ་ལ་གནང་རུ་། དེ་གཉིས་ནས་དམག་མང་རྒྱུད་  
 བསྐྱལ་ཏེན་ཁ་ཆེ་བ་ལས་མི་ཡོང་ཚུལ་ཟེར་བ་བཞིན་སྒྲི་  
 བསྐྱགས་བྱ་རྒྱ་བ་ཤོལ་ཏེ། ཆོས་༡༡ཏེན་མགོན་ཚབ་དང་  
 ར་ཞིག་ལྷེ་འཆང་། མཁར་སྒྲང་ལྷེ་འཆང་སོཌ་དེ་འཕྱད་  
 བྱུང་བར་ལྷ་ས་དང་སྒྲོ་བོ་བྲབ་ཆེག་ བྱུང་པེ་སྒྲིང་ཆེན་  
 བཅས་ཇག་ཆོགས་གྲིས་སྒྲར་བཟུང་བྱས་ཚུལ་སོགས་  
 འཆལ་གཏམ་ལ་མགོ་འཁོར་བའི་ཉམས་ཤིག་གྱུང་  
 འདུག་པས་དོགས་སེལ་དང་། ལྷ་སར་འབྱུག་ཡོང་



འཛེམས་འཇགས་ཟིན་པའི་གསར་འགྱུར་ཁག་སྟེན་པ།  
 སྤང་བཀག་དམག་འདུ་གོ་གསེར་བྱས་པས་རྒྱལ་ཁ་  
 འཕྲོབ་རེ་བྲལ་རྒྱུ་། ལྷག་པར་འཕྲལ་དུ་མཁར་འགོ་འམ་  
 ཉིད་ཁ་འགས་ཆབ་མདོར་ཞབས་བཅར་མཆོན་ཆ་ཕྱིས་  
 འབྲལ་ཞུས་འབྲེལ་མགོ་བཏགས་ཞུས་ན། ད་སྟེན་ཁ་ཡིར་  
 དགོན་དུ་ལག་བྱག་ཕྱན་བྱར་འབྲལ་ཡིང་བྱས་ཉེས་ཅན་  
 ཁོངས་མི་འཛེག་ཁར། ཉིད་ནམ་པར་གཟིགས་བཟེས་  
 བདག་རྟེན་ཅི་ཆེ་ཡིང་ངེས་ངེད་ནས་འགན་ལེན་འབྲས་  
 བཀའ་ཡིད་རྒྱལ་སོགས་ཐབས་མཁས་གྱིས་ན་བར་  
 འབྲེལ་ངེས་བྱས་ཀྱང་གཏམ་ལན་བཟང་ངན་གང་ཡང་མ་  
 ལེན། མཁར་འགོ་དང་ངག་དཔལ། མགྲོན་ཆེ་བཅས་བྲག་  
 གཡལ་དགོན་ནམ་ཐང་ཕྱོག་དགོན། རེད་ནགས་ནང་ངག་  
 དཔལ་ཚང་གི་རུ་བ་ནང་ཡིད་དམ་བེར་བ་སོགས་སྒྲ་



ཚེགས་ཀྱིས་གར་ཡོད་ངེས་གསལ་མ་འཤེས་འཤིང་ཆེས་  
 གསང་ནའང་ཁོ་ཚོས་བཀའ་བཀོད་ཞུ་ས་ཞིག་ནི་ཡོད་  
 འདུག་བཞིན་མཁར་འགོར་སྐྱལ་རྒྱ་དེ་ར་ཞིག་ལྷེ་འཆང་  
 ལ་སྤྱད་པར་ལེན་དུ་མ་གཏུབ་བྱང་། ཚེས་༡༢ཉིན་ལྷེ་བཟ་  
 བརྒྱད་ཡིག་ཚང་དུ་བསྐྱར་བས་ཁ་ཕྱིས་ཏེ་བསྐྱབས་སྤྱད།  
 དེ་བཞིན་དུ་ལྷ་སར་འབྲུག་ཡོང་འཇམས་འཇགས་བྱེན་  
 གསལ་གསར་འབྱར་ཁག་དང་། འབྲུག་ཡོང་ཅན་ལ་སྤྱོད་  
 རྒྱ་མི་བྱེད་བཞི་ཡི་སྒྲོར་ཞིབ་གསལ་བཀའ་ཡིག་པར་མ་  
 དམ་འབྱར་ཁག ཅུ་ཚོག་ནམས་བཅས་ལེན་དུ་མ་གཏུབ་  
 བཞིན་ཨུ་ཚུགས་ཀྱིས་ལྷེ་བཟ་བརྒྱད་ཡིག་ཚང་ཞེས།  
 ལས་དོན་གང་ཅི་དཔོན་རིགས་སྤྱི་གོས་བྱ་སའི་ལས་  
 ཁུངས་འཤིག་ཡོད་སར་བསྐྱལ་ཏོ། ། གང་ཞིག་སྤྱད་ན་ནོར་  
 འབྲུལ་གྱི། ། རྒྱད་པ་ཅིག་ཆར་སེལ་བའི་སྒྲན། ། སྐབས་



གསུམ་བདུད་ཅི་དང་མཚུངས་པའི། ། བསྐྱབ་བྱའི་གནས་  
 དག་འཇམ་པེས་བསྒྲགས། ། འདི་དག་གི་ཆེ་ཡིག་ཚང་  
 དང་གཉེར་ཁང་། ལྷ་སྒྱུ་ཁང་། མི་ངན་རེ་ཟུང་ཟུང་ཚོགས་  
 བཅས་པར་དམག་སྒྱེས་མཚོན་ལོག་སྒྱུད་དཔོན་རིགས།  
 རྩུང་གཉེར། ཕྱག་ཁང་ནང་ཟན་དང་གཞུང་གི་ནང་ཟན་གྱི་  
 མདའ་དཔོན་རུ་བརྒྱ། དེ་དག་གིས་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཁས་ལེན་  
 པ་སོགས། གྲོས་ཚོགས་སར་འགའ་ཞིག་གིས་ཟེར་  
 རིགས། གཏོང་ཁོང་མཁན་རྒྱུ་ཟེར་རྒྱ་གཏོན་འདྲེ་གདུག་  
 པ་ཅན་འདིས་རྒྱ་དར་རྒྱ་དང་། བོད་དར་བོད་བཅར་ཚུལ་  
 གྲིས་སྒྲ་ས་ནས་རྒྱ་མིའི་ཕོགས་ཟོས་བྲག་ལྷ་མ་མཁོ་རྒྱབ་  
 གཏོང་ཆབ་མདོར་བྱི་འབྲུམས་བཞིན་སྒྱུད་པའི་མི་ངན་  
 ཞིག་སྒྲིང་། ད་ཡང་རང་བསྟན་སྒྱུད་པའི་དམག་བྱས་སྒྲིག་  
 བཏོང་བྱ་བཞི་ལམ་མེ་བ་འདི་གཏོར་བ་ཤིག་གཏོང་བའི་



ཕྱིར། བདག་ཅག་གི་སྒྲེ་གྲེས་འདུན་མ་ཇི་ལྟར་བགྱོ་བ་དང་  
 དག་ཐབས་གྱི་སྒྱུར་བ་གང་དག་བྱེད་པ། དེ་དག་གཙོ་བོ་  
 སུ་ཡིན། ཇི་ལྟར་གཞིམ་པའི་ཐབས་འཁོས་སྟོགས་གྱི་  
 གནད་གསང་ཉམས་རྒྱས་ལོན་པར་བྱས་ཏེ་ཕྱི་དགྲར་ཞིབ་  
 ཡའི་གནས་ཚུལ་སྒྲེལ་བ་དང་། བཟང་པོའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་  
 ཚུལ་ཅིལ་རྒྱ་སྒྲེ་བོ་མང་པོ་ལོག་པའི་བྱེགས་སུ་ཁ་དྲངས་  
 མཐུན་པ་དབྱེ་བའི་སྟོག་ལེ་ངར་མ་ལག་ཐོགས་ཕྱི་འདྲེ་  
 རང་གདོན་མདོན་སུམ་ལ། འོ་ཅག་དཔྱད་ཆོགས་ཆེན་པོས་  
 ས་མཆོམས་སྤང་བཞག་བྱ་ཁུལ་རྒྱན་མ་ནང་དང་། སྒོ་ཆ་  
 ཕྱིའི་དཔེར་དོན་མེད་ཁོ་ནར་ཟད་གྱི། ཐོག་མ་ཁོ་ནར་དག་  
 སྒྲ་བྱུན་བྱིད། ཆར་སྒྲེ་རྒྱ་བྱིད་བྱེད་པའི་གདུག་པ་ཅན་  
 འདི་སྒྲོན་གྱི་ཉལ་མ་ཉེས་ཅན་དེ་དག་ལྟར་ལྟག་གིས་ལན་  
 རྒྱུ་དུ་གཞུས་ཏེ་འབབ་རྒྱུ་དག་པོའི་རྒྱན་དུ་ག་འཁོགས་སུ་



གསེལ་བར་རིགས་སོ། ལ་ལ་ན་རེ། གསང་བ་སྒྲ་ཚོགས་  
 བ་དག་བྱ་སྒྲེལ་བའི་ཡི་གེ་བཟོ་བ་དང་། ཁོ་པའི་སར་  
 གཏུགས་འཕྲད་བྱེད་པ་སྒྲ་སོང་ལ་ཚུན་མའི་དྲིལ་བསྒྲགས་  
 རྟོན་ལ། དག་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྟོབས་ཕྱིལ་ཆེར་བསྒྲགས་  
 ་ཤིང་འཛིགས་སྒྲ་བསྒྲུལ་བ་དང་། དམག་བསྒྲ་གོ་གསེར་  
 མི་འོས་ཤིང་མགོ་སྒྲར་ན་ལེགས་ཚུལ་སོགས་རང་  
 ཕྱོགས་པའི་དམག་རྒྱས་ཉམས་བྱེད་དག་པོའི་དངས་མ་  
 མངོན་སྤྱུལ་དེ་ལམ་བཞག་པས་མ་འབྲས་བྱང་རང་ཁོངས་  
 སྒྲུལ་སྒྲུའི་མིང་འཛིན་ཞིག་ལ་བརྟེན་བསང་ན་མི་རུང་གི་  
 བཅོམ་དུ་བཀག་པར་བྱའོ། འགའ་ཞིག་གིས། གདོང་སྒྲུལ་  
 དཔོན་གཡོག་ལ་ཅི་བྱ་རང་གི་ལག་མེད། འོན་བྱང་གནད་  
 དོན་འགངས་ཆེ་བས། རྟོན་དུ་རང་རེས་འོ་སྒྲར་ཕྱོགས་  
 སྒྲ་བཏང་བའི་བང་ཆེན་ཕྱིར་འཁོར་དང་གཞན་ནས་བསྒྲར་



ཡིག་ནང་གསལ། ལྷ་ས་དང་སྤྱོད་བྱ་མོ། བྱུང་པེ་སྤྱོད་  
 ཆེན། དཔལ་འབར་བཅས་སུ་ཨ་རིའི་རྒྱུ་རྩེ་གསལ་བད་མི་  
 འཁེས་པ་ལྟན་པའི་བརྟན་སྤྱང་དམག་མི་བྲི་བྲག་མང་པོས་  
 སྤྱར་ས་བཟུང་བྱས་པར་ཐོས་ཀྱང་དེ་དག་མི་བདེན་པའི་  
 ལབ་བརྗོད་ཇི་སྟེད་ཅིག་མ་ཆོད། ལྷ་ས་དང་ལྷོ་ཁ་ཕྱོགས་  
 སུ་རང་རེས་པོ་མ་རྒྱག་རྒྱ་དམག་གིས་ས་བཟུང་བེན་རེས་  
 ཡི་གེ་ཡང་སྟོན་རྒྱ་འདུག་པ་དང་། ཕྱོགས་ཀྱན་ནས་རྒྱ་  
 དམག་གིས་ཨ་ལོང་ལྷར་བསྐྱོར་བྲོས་འཐབ་གང་ཡང་མི་  
 བདེ་བ་འདྲིར་བསམ་གཞིག་ལེགས་པར་མ་བྱས་ཕྱིན་སྤྱང་  
 ཅི་འབྱུང་འཁེས་དགའ་བར་སྤྱང་དོ། ལ་ལ་ན་རེ། འོ་ན་  
 གདོང་ལོང་མཁན་རྒྱུ་གིས་ཟེར་བ་ལྷར་མགོ་སྤྱར་བར་  
 བྱུང་མ། ཁ་འགས་ཀྱིས། གདོང་ལོང་ལ་གྲོགས་སྤྱན་རེ་ཞིག་  
 མཆོན་ཆ་ཅིས་སྤྱང་མ་དགོས་པའི་མགོ་བཏགས་ལྷགས་



འཕྱི་གཤམ་རྒྱུ་ལྟེན་ན་དཔལ་འབར་ཕྱོགས་གྱི་གནས་ཚུལ་དང་  
 དབྱེབས་བསྟུན་སྤྲད་ག་ལེར་ཅི་དགོས་བལྟ་ཆོག་པ་ཡོང་  
 རོ། འགའ་རེས་ཟེར་ན། དེ་དག་གི་བྱ་བ་མཁར་འགོ་དང་  
 མགོན་གཉིད། བྱ་དགོན་དཔོན་སྡེ་སྟོན་དང་གྲོས་བསྟུར་  
 མ་བྱས་ན་འདི་ག་གཅིག་ཕུས་འཕྲལ་ཐག་ག་ལ་ཆོད།  
 ཡང་ཁ་ཅིག་གིས། རང་རེ་མི་གཅིག་མ་ལུས་གྲུང་བསྟུན་  
 དོན་གཏོང་རེས་ད་གང་གཉན་པའི་འབའ་དང་། ཕྱི་མ་  
 གཉན་པའི་མནའ་ཇི་ལྟར་ཡོད། དེ་ལྟ་བུ་འོད་པ་ནི་སྒྲིམ་  
 པ་ལ་འོས་པའི་གཏམ་མ་ཡིན་གྱི། གང་ལྟར་སྒྲ་འཕྲོས་  
 རང་གི་གདོན་འདྲེ་རྒྱ་དགའ་འདི་གཞོམ་པར་རིགས་སོ།  
 ལྟེན་ལེགས་འཕྱི་གཤམ་ལ་གཙོ་བོ་དབང་བཙན་པ་རེ་ཟུང་  
 གིས། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་ཞི་བས་བསྐྱུ་བ་འདི་ལྟ་བུ་  
 མངགས་པ་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ནས་དཔུང་ཆེན་གྱིས་



རྟོལ་བ་ནི་དག་པོའི་དམག་རྩས་སུ་ཡོད་པ་སྤར་ནས་  
 གྲགས་པ་ལྟར། ཕྱགས་ཟན་ལས་བྱེད་པ་དག་ལ་འགན་  
 དཀྱིས་སྒྱི་མཚུངས་གདོང་གོང་འདི་གར་དབང་མེད་དུ་  
 མངགས་པར་ཟད། ཁོང་གིས་ངེ་ལྟར་སྒྱུ་བ་དེ་དག་ལ་  
 བདེན་འཛིན་མིན་དང་། ལག་ལེན་འདེབས་མིན་རང་ལག་  
 ལ་རིམ་གྱིས་གྲོས་བསྟུར་ཞིབ་བརྗེད་དང་ཡིག་འཕྲིན་  
 གཏོང་བ་བཀག་འགོག་བྱ་བྱ། རང་རེ་ཕལ་ཆེས་དབང་  
 བསྟུར་ཆེས་ཞུ་བྱེད་མྱོང་སྒྱི་བྱུར་དུང་ཆེ་བཟུང་བའམ་  
 གསོད་པ་ནི་གཏན་ནས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནི་ཞེས་བཀག་  
 དཔས་ཅ་ཅའི་ཉེན་ཁ་དེ་དག་རེ་ཞིག་བག་ལ་ཞ་བར་གྱུར་  
 ཚུལ་སྤྱིང་ཉེའི་གྲོགས་འཁྱིལ་ལས་བྲེས་སོ། རྩོན་བྱེན་སྒྱིས་  
 མཆོག་དམ་པའི་ཚུལ་དགྲ་དང་། ། མཁས་ཚུལ་གསུམ་  
 གྱིས་དབྱེས་བཞེས་གཞུལ་ཡས་དེར། ། འབྲུག་ཡོང་ངག་



ཚོགས་སྤྱལ་གྱི་ཚང་འཆར་ཞིང་། ། ཟླ་གཉིས་དྲུག་རྒྱངས་  
 གློ་གནས་བྱུང་འདིས་སྒྱོ། ། ཐུགས་ཇི་ཅན་གྱི་སྟོན་པའི་  
 བསྟན་པ་ནི། ། གཞན་གཞོད་གཞིར་བཅས་ལྟོག་པས་  
 འཛིན་སྤང་སྒྱུར་། ། སྟོག་གཞོད་འཆོ་བ་ཆོས་སྤྱོད་བཞི། །  
 སྤང་ཕྱིར་སྒྲེ་གྲོས་སྒྲེ་སྒྲེའི་ལུགས་མིན་ནམ། ། ཉེན་གསུམ་  
 གནས་ཡུལ་དཔུང་གི་ཤུ་མ་འདེབས། ། ཆོས་ལུགས་  
 བསྐྱབ་གཞིའི་ཕྱ་བ་ཡོངས་སྤྱད་ལ། ། དག་འདུན་པ་ལ་  
 དམག་གི་རུ་བསྟར་བ། ། བྱིད་ཅག་སྤྱི་ཡི་བསྟན་པ་སྤྱང་བ་  
 སོམས། ། དྲན་པ་ཅོམ་གྱིས་ལྟ་མིན་མེ་ཡི་མང་ལ། ། དེས་  
 འཛིག་དེ་འཛོམས་མཆོན་འཆང་འགྲོལ་དམག་དཔུང་། །  
 སྟོན་བྱ་ག་རའི་ཁ་ཚུའི་ཐག་ཁྱ་ཡིས། ། འགོག་སྤང་བཅུད་  
 སྟམ་འོན་ཡོང་ཚོགས་དེ་མཚར། ། ཁོ་བོ་གསོད་དམ་  
 བཟུང་བར་བྱུང་བྱང་སྒྲུའི། ། ཇིས་སྐྱབ་འཛོམ་གླིང་མི་



དམངས་ཡོངས་ནས་བྱེད། ། དབང་མེད་སྤྱི་བོ་འགན་ཞིག་  
 གཡང་ས་སྤྱ། ། ཕྱོགས་འདིས་འགན་བབ་བས་བཅུད་  
 གཉིད་དང་བྱལ། ། ཆོས་༡༥ ཉིན་ཟླ་ཚུ་པ་རི་ནས་འགོལ་  
 དམག་ཉི་བར་འབྱོར་སྐད་སྟོང་ལུ་གྱིས་དམག་དཔོན་  
 གཙོ་བོ་གཉིས་ཆ་ལམ་ཅམ་བྲོས་ཏེ་ཕྱིར་ལོག་སྐབས་དེད་  
 གུང་ཅུང་དཔའ་བསྐྱེད་གཉིར་ཁང་ལས་ཁུངས་སྤྱ་ཆེད་  
 བསྐྱེད་མགོ་འབྲལ་འགབ་ལྷགས་རྒྱ་མཚན་ཞིབ་མེལ་  
 དང་། མེར་དམག་འགོ་འདྲེམས་བྱམས་སྤྱིང་དགོ་བ་ཤེས་  
 ཟེར་བ་དེ་སྟོན་ངོ་ཤེས་མེད་རུང་འག་ཏུ་ཆེད་འབོད་  
 ཡིག་རིགས་མིག་སྟོན། འབྲེལ་འཕྲལ་དུ་མགོ་འབྲལ་ཞུས་  
 ན་ཁི་སྤྱབས་ཆེ་ལྷགས་ཞིབ་རྒྱས་བ་ཤད་པར་དགོན་  
 འོག་སེ་སེའི་བླ་མགོ་བསྐྱུ་འདྲེམས་བྲོས་མེལ་དང་འབྲེལ་  
 ལན་གསལ་ཆོག་ལྷགས་ཟེར་དོན་ཁ་འཕངས་ལག་ཕྱིས་



ཡིན་འདུག་པ་ལྟར། གྲོས་བསྐྱར་སྐབས་གོང་བཞེད་དང་  
ཆ་མཚུངས་དེད་གཉིས་ལ་ཉིན་ཁ་ཆེ་ཙམ་གྱི་ལབ་བཟློད་  
ཇི་སྟེད་བྱུང་ཆོད་སྟེད་། ཕྱི་ཚུལ་ཇི་ག་ཉམས་སྟོན་པ་ལས་  
ཟླ་པར་གྱི་དཔུང་འདུག་དང་། དེད་གྱི་སྟེད་ཆ་རིམ་པས་  
སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་ཏེ་ཉམས་ཉིན་སྟོལ་གྲོས་ཆོགས་ལ་  
བཟོན། སྟེ་ཕྱིར་བད་ལན་དགོས་ཚུལ་ཡང་ཡང་བྱས་པས་  
གནད་ཆེའི་འགོ་འཛིན་སྟེ་སྟེར་ནས། སྟེ་ཞབས་གྱིས་  
གསུང་དོན་འགོལ་དམག་ལ་ཡ་བོ་བེན་དགའ་དགོངས་  
བདེན་མགོ་འབུལ་ཞུས་ན་ལེགས་འདྲ་ཡང་། དེད་ཆོ་རྒྱུང་  
པས་ཐག་ཆོད་མིན་ལ་བརྟེན་མཁར་འགོ་རྒྱལ་སྟོན། ལུ་  
དགོན་དཔོན་སྟེ་བཅས་གོ་བསྐྱར་གྱིས་ཞུ་ལེན་འབུལ་ཆོག་  
པ་ཅེས་རང་བཟློད། འགའ་ཞིག་གིས། ཏང་ལ་གཡོག་  
རྒྱགས་མཐའ་མི་བརྟེན་པས་མཁར་འགོ་གར་བྱོན་དུ་



བཅར་བཞུགས་གནང་ན་འཕྲལ་ཕྱག་གཉིས་དགའི་ནང་  
 ལྷགས་བསམ་བཟང་ཡིན་ཁྱལ་འཆར་འདོན་བྱེད་མཁན་  
 ཡང་བྱུང་། ཆོས་༡༤ཉིན་སེར་དམག་འགོ་འདོམས་དག་  
 བ་ཤེས་བྱབ་བསྟན་ཆོས་སྐྱ་མཐའ་མཆོམས་དམག་བཞེད་  
 བྱེད་ས་ནས་སྦྲར་འབྱོར། གོང་བ་ཤར་ལྟར་ཁོང་དེད་ལ་  
 གདོང་ལྗེའི་ལར་བྱ་མི་ལྟ་ཞེས་བསྟོན་ཏམ་བུན་འདོད་ཚུང་  
 འཇུགས་གསོད་གི་གདོངས་མཁན་གྱི་གྲོགས་མཆོད་དམ་  
 དར་བྱུར་བྱང་འབྲེལ་འདྲིས་ལ་བཞེན་ནང་རྒྱས་ཉམས་ཆོད་  
 ལེན་བྱུར་འགའ་ཏུ་ཡང་ཡང་བྱུང་བར་མགོ་འབྲལ་བྱ་འོས་  
 དང་། བང་ཆེན་དུ་འགྲོ་མིར་ཡང་དེ་མཐོ་བྱས་ཇེས་  
 གཟིགས་བཟོས་ཆེན་པོ་ཡོང་ལྷགས་བཇོད་པས་སྒྲོ་སྒྲུ་ཕྱང་  
 ཟང་འགྲགས་བྱབ། དེ་ཞིག་གོ་མཆོན་ཅིས་སྦྲད་མ་དགོས་  
 ཅམ་བྱུང་ན་འགོ་དམག་ཆོར་སྦྲད་ཆ་བ་ཤར་བདེ་བེར་བ་



སེགས་མགོ་འབྲུལ་ཚུལ་ལྡན་གྱི་ཉམས་དང་ནམ་འགྱུར་  
 འདོད་ལྷོ་ཁངས་པ་མ་བྱུང་ཡང་། ཁོ་པ་བརྒྱད་དཔོན་  
 དེགས་ཚོར་སྐད་ཆ་བྱས་པས་བྱེད་གཙོ་ཆེ་བྲས་དག་  
 བཤེས་ཐུབ་ཆོས་སམ་སེར་ཅེ་ཁོ་རང་མགོ་འབྲུལ་ཞུ་  
 སར་གཏོང་འགྲོའི་ཁས་ལེན་བརྟུབ་ཅམ་བྱུང་བས་དེད་  
 ནས་སྤྱིད་གཞུང་མདུན་འབྲུལ་རྒྱའི་ཞུ་ཡིག་བཅས་ཆོས་  
 ༡༥ཉིན་ལྷ་ཚུ་པ་དེར་ཐེགས། འབྲས་ཚབ་སེར་དམག་འགོ་  
 འདོམས་དག་བཤེས་ཐུབ་ཆོས་མགོ་འབྲུལ་ཞུ་སར་བྱེན་  
 པར་བཏེན་དཔོན་གཙོ་དམག་མེར་བཅས་ནས་གདོང་  
 བཀག་འཐབ་འཇོང་མི་བྱེད་པའི་གཏན་ཁེལ་བྱུང་བ་གང་  
 ལེགས་ལས། ཐུབ་ཆོས་གདོང་དེད་གྱིས་སྤྱིད་གཞུང་  
 མདུན་འབྲུལ་རྒྱའི་ཡི་གེ་ཡང་ཁོ་ཆོས་མིག་བལྟས་བཅོས་  
 རྒྱགས་དེ་བཞིན་འབྲི་བའི་རེ་འདུན་འདོན་པ་སེགས་གྲུ་



དེག་ཚབས་ཆེ་དང་། མགོན་ཚབ་གྱིས་མཆོན་འགོ་གཙུག་ཆེ་  
 གས་ཁ་འགས་བྱུང་ཆེས་འཁོར་གྱི་བར་མི་སྐྱབ་མཁར་  
 འགོ་འབོད་སར་འགོ་རྒྱ་ཡིན་ཚུལ་འབྲེས་ཅིས་སུ་སྒྲུང་བ་  
 དང་དམག་དཔོན་ཡང་ཡིན་ལ་ཉེན་སྦྱོབ་གྱི་པན་ཐོགས་  
 གྲུང་ཡོད་པ་དེ་དག་གྲོས་ཕྱིན་ཆད་དེ་ཅག་འགྲུལ་ལྷུས་  
 ལ་དཔོན་དམག་དོན་མ་གོ་འགའ་ཞིག་ནས་སྤྱོད་འདྲ་  
 མིན་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ཅུམ་ལས་སྤྱོད་ཅི་བྱ་བལ་སྤྱབས། ད་  
 མཆམས་ཇག་པས་བྲིད་མ་འཁོར་གོང་བྱབ་འབྲེ་ཕྱོགས་  
 བསྐྱོད་དེ། བྲག་སར་དང་པོར་འབྱོར་སྤྱབས་གྱི་གོས་འཆར་  
 ལྟར་ས་མཆམས་ནས་འགོལ་དམག་གཤོང་བསུ་བྱ་འོས་  
 མོགས་གྱི་བྲབས་འཁོལ་འཆོལ་བ་དྲག་སྒྲུམ། ཆེས་  
 ༡༥མཆོན་མེར་ལྡེ་བཟུ་མཉམ་བྲིད་ཅ་དགུ་བར་རྒྱང་ཐང་  
 དང་། དེ་ནས་ཏ་ཞིག་སྤྱོད་ཆེད་པས་ལམ་བར་གོང་



གསལ་ལྟར་དམག་མིའི་རིགས་ནས་གོ་མཚོན་ཅེས་  
འབྱུང་མགོ་བཙགས་ཞུ་དགོས་ལས་བྲེས་ཡིབས་གྱིས་  
མཐའ་འབྱོར་མི་ཡོང་ལྷགས་དང་། བྱོང་ཆོ་སྒྲེ་དུད་ཁག་  
ནམས་ལྟར་འདྲིག་རི་ཁར་མ་ཡིན་པར་ཚུ་འཁོར་ཚུན་གྱི་སྒྲེ་  
ཡིན་ཞུས་ཏེ་བྱིམ་དུ་བདེ་འཁོས་པའ་ནས་སྤང་ན་རྟེག་  
བརྟུང་བཟུང་བྲིད་བལྟར་བཞག་ ཆོག་ངན་མིག་ཡོག་ཅུ་  
དང་ཁབ་སྤྱད་ཅུ་འཕྲོག་བཅེམ་བྱ་སྒྲེལ་མེད་ལྷགས་  
སོགས་ཅི་འཁོས་གང་མཚམས་བསྐྱབ་བྱ་བྱེད་བཞིན་ཕྱིར་  
ནང་རང་གནས་གདོང་གོང་སྒྲེབས་པར། ཡུལ་པད་ཅེས་  
པའི་ལམ་ཕྱོགས་སུ་བཅེངས་བའོལ་དམག་འབྱོར་ཁི་ལ་  
ལྷེ་འཆང་ཅན་ཆར་བཅད་མི་མཐུན་གཡུལ་རྒྱལ་གཏམ་  
སྟན་ལྟ་ཡི་ར་སྒྲུ་རྒྱ་ཆེར་གྲགས་པར་གྱུར་ཏོ། མ་དགོན་ལྷེ་  
བར་བསྐྱབ་འོས་པའི། ལས་དང་རྣམ་པ་ཅུལ་སྒྲུགས་བེན།



ད་ནི་རང་གནས་ཆབ་བྱག་མཆོམས། དཔུང་ཆེན་ཞབས་  
 འགྱུར་དུས་ལ་བབ། ཆོས་༡༡ཉིན་འཁོར་ཁར་འགྲོལ་  
 དམག་འཕྱོར། ལྷོད་མའི་དམག་དཔོན་སྒྲོ་ཆེ་སྟགས་གདོང་  
 གོང་དུ་ཡོད་པ་འཇིགས་ཆབ་བྱིས་ཡུལ་བྱོལ་འགྲོ་ཉིར་  
 བསྐྱད་ན་ཉིན་ཁ་གང་ཡང་མི་ཡོང་བའི་གཙང་འགན་  
 སྒངས་ཏེ་མནའ་བསྐྱེལ། ལྷ་བསངས་དང་། བྱིས་པ་ཁ་  
 འགས་མེ་ཏོག་འབྲུལ་མི་བཅས་གྲ་སྒྲིག་འགྲོལ་དམག་ཁ་  
 འགས་གདོང་གོང་དུ་གདན་ཞུས་སྒྲོ་ཡེན་བཅས་དེར་ཡོད་  
 ནམས་དང་། འཁོར་ཁར་གྲང་བྱིན་རྒྱུ་མཐར་བསོད་ནམས་  
 དེ་ཇེ་ཡང་ཡོད་འདུག་པའི་སྟབས་ལེགས་བཏེན་བྱབ་འབྲི་  
 ལྷོད་སྒྲིང་ཆང་མའི་འཐུས་མི་བྲིད་དེ་ངོ་བཅར་མགོ་འབྲུལ་  
 འབྲེལ་གོ་ཆ་གཙང་སྐྱད་ཞུས། དེ་གོང་དཔེན་འདུམ་འཕྱོར་  
 ནས་བཙུམས་ཆབ་མདོར་ཞུ་ཡིག་འབྲུལ་ཐབས་ཡེ་མེད་



གུར་པར་བཏེན། དེ་ནས་བཟུང་ད་ཡན་གྱི་གནས་ཚུལ་བེན་  
 བྱིས་ཟུར་གསལ་ལྟར་རིམ་འབྱལ་ཞུས། བྱིར་ནང་ནས་  
 གྲང་བྱིན་རྩེ་བཀའ་འབྲེལ་དང་། རང་ནས་གྲང་འགན་  
 བབ་དང་སྒྲངས་ག་བེ་སོགས་སུ་ཡིག་འབྲིན་གྱིས་གཙོ་  
 བོར་འགོལ་དམག་ཉེ་བཅར་གཟེ་བྱིན་དང་། རང་དོན་ཉེན་  
 མེད་འགན་ལེན་བསྐྱབ་བྱ་བཅས་གྱིས་སྦྱོན་པས་ག་བྱབ་  
 ལྟག་གསུམ། ཁི་ལྗོངས། འབར་ནང་བཅས་སྡེ་དྲུང་  
 ༥༠༠སྟོར་ནས་སྐབས་དེར་མི་གཅིག་མཆོན་ཐོགས་རི་  
 འཁོར། རྒྱལ་ཡིབས་མ་འཁོར་བར་མགོ་བཏགས་མཆོན་  
 ཆ་གཙང་འབྱལ་ཡོང་བའི་རོགས་རམ་ཞུས། དཔྱེན་འདུམ་  
 ས་གནས་ནས་གྲང་གོང་བ་འད་ལྟར་དགོ་བ་འཁོས་བྱབ་  
 ཆོས་མགོ་འབྱལ་ཞུ་སར་བཏང་བྱབ་སྦྱོན་འགོ་གཙོ་རི་  
 གཉིས་བྱ་དགོན་ཕྱོགས་བྱོས་འག་གིས་སྐར་བྱག་འབྱོར་



ལས། དེ་བྱིངས་དཔོན་རིགས་དང་། དམག་མི་མང་བ་རང་  
གནས་གྲོལ་ལྷག་འབྲུའིངས་༥༡༤་ཁག་བདུན་ནས་མགོ་  
འབྲུལ་མཆོན་ཆ་གཙོ་སྟུང་ཐུབ་པ་བྱུང་འདུག་ཅིང་། ལྷ་  
དཀར་དང་། འགམ་ས་གནས་སུ་དེད་དེ་བསྐྱོད་མ་ཐུབ་དེ་  
ཆོབ་ལྡེ་བཀྲ་བཙུན་ལེན་དུ་སེང་བར་ཡང་། ཁི་ལ་བྱམས་  
པ་སོགས་སྐྱོན་པ་ཁ་༥༡ས་རེ་ཞིག་རི་བྱོལ་མ་གཏོགས་  
བྱིངས་ནས་མགོ་འབྲུལ་མཆོན་ཆ་གཙོ་སྟུང་ཐུབ་པ་བྱུང་  
འདུག་གོ ཆོ་འདས་ལྷས་ལྷ་ག་ཤིན་ཇེར་འབྲུལ་སྐྱད་ལྷར།  
འབྲུལ་སྐྱད་གིས་འདྲོགས་བྱིས་པ་དངོས་བྱེད་ན། དེ་སྐྱོད་  
རྒྱུད་རིང་འབྲོས་སམ་ལྷོག་ཡིབས་པ། མི་འབྱུང་བྱོན་  
གཙིག་སྐྱོབ་པའི་དུང་དུ་བསྐྱུལ། འབྲུག་སེམས་ཆེངས་  
པའི་མི་ཡིས་གདུང་བ་ནམས། ཐུགས་ཇེའི་ཆར་བྱིས་  
བཙུལ་བས་རབ་དུལ་བཙས། གོ་མཆོན་ཅི་མཆིས་མེ་ཏོག་



རྩོམ་ཐོགས་ཏེ། རྒྱལ་པོ་ལོ་མ་ཞལ་གྱི་སྒྲེགས་སུ་ཡོངས་  
 སུ་བསྐྱུང། ཡོངས་རྩོགས་རེ་བའི་འཁོར་ཏེ་མ་ཁེངས་རུང་།  
 སྒྲུབ་ལྟོག་སྒྲིམ་པ་ཁོང་སྟོང་མ་གྱུར་པར། རང་གི་ནུས་  
 སྟོབས་ཡུལ་དུས་དང་འཆོམས་པའི། གང་ཐོག་ཁྱུར་པོ་  
 ཡོད་འོང་འབྲས་བུས་གཏམས། དེ་ཡང་། སྒྲོན་གྱི་དུས་སུ་  
 གཏོང་གོང་ཞེས་བྲག་ཁྱུལ་སྒྲ་བྲང་ཆེ་ཁག་དང་། རན་བྱའི་  
 དེས་ནས་གྲུང་ནང་ཁྱུལ་ལ་སྟོས་པའི་སྒྱི་མཛོད་དུ་ཏན།  
 སྒྲོན་བོད་ས་གནས་སྟོང་གཞུང་གི་མཁན་རྒྱུང་། དུང་ཆེ།  
 བྱིས་འདྲིར་མི་དམངས་སྟོང་གཞུང་གི་མདོ་སྒྲུང་ཆོད་ལྟ་  
 སྟོབ་རྒྱུང་གི་ཞའོ་གྲང་དང་རིག་སྟོབ་བྱའི་གྲང་། ད་ལམ་  
 རྒྱ་ཆབ་གསུམ་གྱི་མིང་ཁྱུར་བཅས་སྟོགས་གཅིག་ནས་  
 བལྟས་ན། མི་འབྲགས་ཁ་འཁོས་གང་ཅིས་ད་ལམ་གོང་  
 མས་བྲགས་རེ་བཀའ་མངགས་ཇི་ལྟར་གནང་བ་དེ་བཞིན་



བྲག་གཡབ་འབྲུག་ཡོང་པར་དྲག་པོའི་དཔུང་འཇུག་  
 གཏན་ནས་གནང་མི་དགོས་པར་མཁར་འགོས་གཙོས་  
 ཡོག་སྦྱང་པའི་ཚོགས་ནམས་གྱིས་ཅིག་ཆར་མཚོན་ཆ་  
 ཅེས་འབུལ་མགོ་བཏགས་ཚུལ་བཞིན་ཞུ་བའི་ལས་འགན་  
 སྐྱབ་སྐྱབ་པ་ཞིག་དགོས་གནས་བྱུང་། ཕྱིགས་གཞན་ཞིག་  
 ནས་དཔོན་པོའི་གོ་མིང་བཟུང་སྟེ་གི་བྱར་པ་བྱར་པ་བཟུང་  
 བྱེད་ཇེས་འཛིན་ལྟོས་ཁས་དྲག་ཡོང་ན་ཡུང་། དེ་མིན་བྱ་  
 མཚོག་རྩ་ཆད་དམ་བྱ་ཆོད་ག་ཤོག་ཆག་ལྟར་གྱུན་གྱིས་  
 བརྟམ་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་འཇིག་ཏེན་སྦྱི་ཚོས་དང་། སློབ་  
 མའི་རིགས་ཞེ་ལྟོག་དགོས་པའི་རང་གི་སྒྲ་ཡོག་སྦྱང་དན།  
 ཆབ་མདོར་འབྲུམས་ཏེ་སྤྱིད་གཞུང་གི་ཕྱིགས་བཅས་ཁོ་  
 པར་ལྟོས་མེད་ནམ་འགྱུར་ཤོར་རྒྱུན་མཁར་འགོ་སྤྲོས་  
 ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་འབྱུང་བྱུང་། སྒྲ་བྱང་སྦྱི་དང་བྱེ་བྲག་གི་ལར་



གྱུ་འཛོཾ་སྤྱང་བྱེད་དང་མི་བྱེད་གྱི་འདྲ་འཁོམ་འཛིན་ཕྱོགས་  
 འགལ་ལྷན་མེད་པ་ཅན། ཞའོ་གྲང་དུ་གྱུར་གྲང་བྲག་ཁུལ་ཁ་  
 བཞོད་འགྲོ་བ་རང་གཡོག་རེ་ཟུང་དུ་ཟད་ཅིང་ད་ལམ་རེ་  
 དག་གྲང་ཇག་ཁྲིམས་གྱིས་གཟུན་པ། སྤར་འཕྲིས་འཁོར་  
 བ་འཁོམ་ལ་དད་པ་ཅན་གྱི་སློབ་བྱ་ཡིན་སྟེ་མ་རྣམས་གྲང་  
 དག་འགྲུས་མཉེས་ག་ཤིན་བཞིན་འཇུག་གྱི་རྣམ་པ་སྤར་  
 ཇི་ལྟར་ཡོད་པ་ལས་དབྱར་དགུན་གྱི་ནམ་ལྷ་བརྒྱུས་པ་  
 ལྟར་ཡོངས་སུ་འགྱུར། ཉེ་དུར་གྱུར་པ་དག་གྲང་སེ་སེའི་  
 སྤྱིད་འཕྱོར་བཞོ་སྒྲུལ་ལ་དཔག་པའི་བསམ་སློབ་འདྲ་  
 འཁོམ་ཐ་དད་མི་སྤྱན་ཡིན་ཡང་གོད་པ་མི་སྤྱན་པའི་དཔེ་  
 ལྟར་ངོ་མའི་ལར་འཛོཾ་སྤྱང་གཏམ་འཁོར་རེས་གྱི་སྒྲུབས་  
 དང་བྲལ། སྒྱུ་ཚབ་པར་ཞོག་སྒྱུ་ངོ་མར་ཅི་བྱུང་གྱིས་བསྟོ་  
 བའི་ཡུལ་དུས་རེ། ཀན་པོ་ནད་པ་གཡོག་མི་བྱས་ན། སྤར་



ཚུར་མངགས་རྒྱ་བྱས་ན། སྒྱིད་དགོ་སྒྱུག་གནས་གྲོས་འདྲི་  
 བྱ་ཡུལ་བྱས་ན། རྒྱ་པའི་དཔོན་དམག་རིགས་ལ་བསྐྱབ་  
 བྱ་བྱེད་པ་དང་། རང་ཁྱུལ་དབྱེ་བའི་ཐབས་འཕྱུལ་དང་།  
 རང་གི་འཐབ་ཕྱོགས་སུ་འགྲུགས་པའི་རོགས་རམ་བྱ་  
 མཁན་བྱས་ན་གང་ཅིར་ངག་ཚོགས་དང་། གཏམ་དོན་  
 གང་ཅི་བྲག་སྒྲར་ལག་བཟེད་སྒྱིད་ཞེན་ཆེས་མཐེགས་སྒྱུད་  
 གྲོ་ལྡེ་འཆང་བཀྲ་རྒྱལ་ཏེ་ཕལ་ཆེར་མི་བྱེད་དང་གཉིས་  
 ཅོམ་དུ་ཟད་སྐབས། གཟའ་ལའོར་གཉིས་ཡུན་རང་གི་རྣམ་  
 པ་དང་ཡུལ་དུས་ལ་དཔག་པའི་ཞབས་ཞུས་ལའོས་རྣམ་  
 དེ་ཅོམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་ཟད་ཅིང་མཐར་གཏུགས་པར་གྱུར་  
 ཏོ། ཟླ་༡༠ཆེས་༩ལྷུང་ཇི་མཆོག་དང་གྲང་དྲིན་ལྷུང་བཀའ་  
 ལྟར་དབྱེན་འདུམ་དུ་སོང་ཞིང་ཨུའི་རྩ་ཇི་དང་མཇལ།  
 ཆེས་ལྷུང་དན་གྱུའི་རིན། ཨུའི་རྩ་ཇི། གྲང་དྲིན་གྱི། གཞན་



ཡང་དམག་དཔོན་དང་ལས་བྱེད་ཁ་འགས་མདུན་ལས་  
 དོན་བསྐྱེབས་ཞུ་བྱས་འཁོར་གསེལ་ཆོགས་གྲང་གནང་།  
 ཆོས་དག་བཅུ་ཁེ་རྩ་འཆོགས་པར་ཅུ་འཁོར་དང་པོ་ཅུ་གྲང་  
 བྱས་འཁོར་གཏམ་བའག་དེགས་སྒྲུང་པར་དུ་བཅུག་པ་  
 གནང་མིང་། ཆོས་༡༡བུ་དགོན་ཁུལ་ནི་འདུམ་ཡིང་ཐབས་  
 བཀའ་མེལ་གྱིས་ལུ་རི་དྲུང་ཡིག་སྐྱེགས་བུ་དགོན་ཇག་  
 གཙོ་འོ་ནང་ཆོགས་རྣམས་བཙོན་ལེན་དུ་གཏོང་ཅིས་ལ་སྒྲ་  
 ཉིན་རང་དུ་དཔྱད་འཇུག་གིས་མགོན་གཉིས་དང་མེ་འབར་  
 ལྷེ་འཆང་སྐྱེགས་ལོག་ཅན་རྣམས་ཆོར་བཅད། ས་གནས་  
 གཙང་བཞེས་བེན་པར་སྒྲུང་ཞིང་། མཁར་འགོ་སྒྲ་ནས་  
 བྲོས་ཡིབས་གྱིས་རིམ་བསྐྱོད་བུ་དགོན་ཁུལ་འཁོག་སྒྲུང་དུ་  
 ཡོད་ཆོད་ནས་རི་ཞིག་བྲོས་བྲོལ་འཁོར། ལྷུ་འཁོར་དགོངས་  
 ཞུར་བཅས་མཆོམས་སྒྲ་རིན་ཆེན་ཆོས་བྲགས་གྱི་རི་ཁྲོད་



[illegible]



དང་འབྲེལ་སྲིད་ཇུས་ཀྱི་ལ་བསྐྱབས་པ་དང་གྱིས་བྱས་པ་འདི་  
 ལག་ལེན་བསྐྱར་བ་ཁོ་ན་སྒྲོལ། ། བརྒྱ་ཕྱག་མང་པོའི་  
 བབྱང་བྱར་སྒྱེ་བོ་དམངས། ། ཉི་ལ་བཞིན་བཅོར་བ་ལས་  
 ཐོན་ཡོ་བྱད་ཇུས། ། འོས་པའི་མཆོད་སྒྱུན་གནས་སུ་སྤོང་ན་  
 ལྷམ། ། རིང་ནས་བཞག་པའི་སྒྲིན་ལྟུན་ད་རེས་གྲུབ། ། ཞི་  
 མ་སྒྲིག་སྒྲུག་གཏམ་ངན་བྱད་བསང་དེ། ། གསོག་སྒྱུ་  
 སྒྲེལ་བར་བྱས་པ་གཅིས་པའི་ནོར། ། བཞེས་ན་སྒྲམ་པའི་  
 ཕྱག་ཏུ་སོན་གྱུར་པས། ། ད་ནི་འཆི་ཁའི་མིག་དེ་འཇུག་པ་  
 སྒྲ། ། འཇོན་ན་མི་བདེ་ཕྱིད་སྒྲེང་བརྒྱ་ཡི་གཞི། ། གཏོང་  
 བར་མི་བཟོད་ཆེས་གནག་འདྲེ་ཡི་ལག ། ལྷ་བྱང་ཞེས་  
 གྲགས་ཆགས་སྒྲུང་བཏོད་ཕྱར་ཆེ། ། ཕྱུང་བའི་སྒྲུབས་འདི་  
 མ་སྒྲ་འཁོར་ཏུ་འཕྱི། ། སྒྱེ་སྒྲོས་སྒྲ་བྱང་འཇོན་དབང་ཅུ་འཕྲོང་  
 ལ། ། ཇི་མི་སྒྲམ་འདི་ཆབ་སྲིད་གནད་ཏོགས་པ། ། ཁོ་ནས་



མིན་མེད་གནམ་ས་གཡོ་འགལ་སྐབས། ། ཆེས་ཆེར་  
 དགའ་བདེ་རྒྱས་པའི་རྒྱ་དེ་ཅི། ། མགོ་ཟླའི་ཆོས་འཕྲོད་  
 ཆབ་མདོ་ཆབ་སྤྱོད་གྲོས་ཚོགས་སར་འབྱོར་དགོས་བཀའ་  
 ཡིག་ཐེབས་དོན་བསྐྱོད་ཕྱིས་སྒྲོ་སེམས་ཁོལ་བའི་ངང་  
 འདྲིགས་སྐྱས་ལས་ལྷུང་སྟེ་ཏྲ་ཞོན་མི་བརྟུབ་པའི་འཕྲང་  
 རྩས་བརྟུབས་ནས་བཅར་མ་བྱུབ་གྲུང་ཏང་སྤྱོད་མི་དམངས་  
 ནས་ཨུ་ཡོན་མིང་འདྲིགས་བཀྲོན་བསྐྱུངས་གྲུབ་འདུག ཟླ་  
 མཇུག་ལས་བྱེད་པ་ན་མས་གདོང་གོང་མདའ་རྫོང་དུ་  
 ཐེབས་བཞུགས་གནང་འགབ་ནན་ཏན་ཞུས་དོན་བཞིན་  
 མདའ་རྫོང་དུ་ཐེབས། བརྟུབས་ནད་རིམ་དངས་བྲབ་འབྲི་  
 འགང་ནས་མི་༡༥དབྱེན་འདུམ་བྱེ་བྱིས་སར་འབྱོར་དགོས་  
 ཐོས་གསལ་རབ་སྒྲོང་ཚང་མི་གཉིས་ནས་ངག་ཚོགས་  
 མིང་འཁོད་ཁོ་པ་མེད་ན་ངེད་ཆབ་མདོར་བཅར་སྐབས་



བདེ་མིན་བཏེན་ཁོ་པ་དགོངས་པ་ཞུ་ཆེད་སེགས་སུ་ཟླ་  
 ༡༥ ཆོས་ ༥ དབྱེན་འདུམ་དུ་བསྒྱེད། ཉིན་ ༥ ལས་བྱེ་བྱས་  
 (སྒྲིབ་སྒྲིབ་) ཟུང་དང་པོར་ཞུགས། གཟིམས་དཔོན་  
 དང་ཐུབ་ཆོས་སེགས་ལ་མི་དམངས་ནས་འཐབ་ཕྱིད་འོས་  
 ཆོས་བྱང་ཡང་རུམ་བེལ་ཆེ། ཆོས་ ༡༡ ཉིན་ཆབ་མདོ་བྱང་  
 དན་པུ་ནས་བྱང་བཀའ་པེབས་སྒྲིབ་ཏེ་ཕུས་བྱང་ནས་ཆབ་  
 མདོར་འགོ་ན་བསྒྱེད་འཐུས་དང་དག་ཆོགས་དགོངས་  
 གནང་བཅས་དབྱེན་འདུམ་ནས་ཐོན་འདྲེས་མཆོམས། ཆོས་  
 ༡༥ དབྱེལ་དམ། ཕྱིར་ནང་རྒྱངས་འཁོར་དུ་ཞུགས་ཆབ་  
 མདོར་སྒྲིབས། ནམ་རྒྱལ་པུ་བྱང་མཆོག་བྱང་ཟད་བསྒྱེན་ཏེ་  
 བྱིམ་བཞུགས་ལ་ལས་དོན་བསྒྲིབས་ཞུ་ནམ་འགབ་ཞུ་  
 ཡིག་འབུལ་བས་བཙུན་ལེན་དོ་དམ་ཁང་དམ། རྗེས་  
 བཞག་བྱང་མེད་གསུངས་དོན་ཆོས་ ༡༤ བཙུན་ལེན་ཁང་



དུ་རེད་བྲག་གཡབ་རུ་བཙོན་ལེན་ལ་ཕྱིན་པའི་ལས་རོན་  
 བསྐྱེབས་ཞུའམ། གྲུབ་འབྲས་དང་སྦྱོན་ཆའི་མཇུག་  
 བསྐྱེམས་ཡུལ་བེན་བྱུར་གསལ་ལྟར་བགྱིས། ཆོས་  
 ༡༥པོད་ལྷགས་ཡུལ་པ་ལོ་སར་ཆོས་ ༥༠བཏེན་སྡེ་  
 བསྐྱུར་ལོ་སར་མཛད་སྒོ་ཐང་ཆེན་སྤྱང་ཆོགས་འདྲའི་ཐོག་  
 མའོ་གྲུ་ཞི་མཆོག་སོགས་ནས་དེ་རྒྱལ་གསུམ་དང་ཆག་  
 ཡང་གཉིས་སྒྲོར་ཏེན་འབྲེལ་གསུང་བ་ཉད་དང་། དགོན་  
 པའི་གྲུ་རིགས་ནས་ལྷ་མོ་དང་བློ་གཞས། དགོངས་མེར་  
 གསེལ་སྦྱོན་གནད་། འདི་སྒྲོར་དཔལ་འབར་ཕྱོགས་གྱེ་  
 ཇག་གཙོར་དེ་སྦྱོན་འབྲེལ་ཡོད་རིགས་ནས་བཙོན་ལེན་གྱེ་  
 ཡི་གེ་གནད་མུས་སུ་འདུག་པ་ལྟར་འདི་ནས་གྱུང་། གལ་  
 ཏེ་དེ་ཕྱོགས་མཁར་འགོ་འབྱེར་ཡོད་ན་སྒྲུམ་དེ་དང་ཞི་ལྷ།  
 དེ་ལེས་ཅམ་གྱེ་སྒྲོག་པེ་རིག་འཛིན་དང་པདྨ། ངོ་མི་



འཤམ་གྱང་བྲག་ཁོངས་གྱི་མི་དང་སྐལ་སྐྱེའི་མིང་འཛིན་  
 མཚུངས་པ་རྒྱ་ར་བཅས་ལ་བརྟེན་ལེན་ཡི་གེ་ཁག་བཞི་རེ་  
 ཐེངས་ ་ཡུལ་གྱིས། ཟླ་བ་འད་ནང་ཨུ་ཡོན་ཐེངས་ཚུ་གློག་  
 ལས་སར་བསྐྱོད་པའི་མཉམ་པེ་ཐེངས་ ་ ་ལེན་ག་བཅར་  
 ཡང་ལྷང་མཆོག་དང་། རྣམ་རྒྱལ་ཤུལ་གྱང་བཅས་ནས་ལོ་  
 ན་དང་གཟུགས་འཁོས་ལ་དགོངས་ཡོང་མི་དགོས་ཚུལ་  
 གསུངས་པ་མཛོན་ ་འཤམ་གྱང་བ་བཞིན་རིང་མིན་ཆམ་ནད་  
 དང་། དེ་མཇུག་གློ་ལུས་རྒྱུན་བརྒྱ་ཅ་སྐྱངས་པའི་ནད་ཅིག་  
 གློག་པ་སྐྱན་ཁང་དུ་ཉིན་ལྷར་བཅར་ཏེ་སྐྱོབ་སྐྱོང་སར་  
 དགོངས་པ་ཞུ་དགོས་ཐུག ཆོས་༡༤ཉིན་མར་ཐང་རང་  
 ་འག་ཏུ་རྒྱལ་མཚན་ཆེད་ཕེབས་དེང་སྐྱ་དྲོར་ཆོགས་ཆེན་  
 ཚུགས་ ་འཤམ་། དེ་ཐོག་ཆབ་གོས་ཨུ་ཡོན་རྣམས་ཁག་དུག་  
 ཏུ་བགོས་པའི་སྐྱ་ཆོགས་ཞིབ་འཇུག་ཆོགས་པར་གདོང་



གོང་དང་རྒྱལ་མཚན། རིན་དོན། སྒྲུང་ཁམས་བྱང་རྒྱུ་  
 བཅས་ཡོད་པར་དེད་ཅུའི་གྲང་དུ་བསྒྲེས་ཚུལ། དེ་དག་གི་  
 ལས་དོན། སྒྲིག་ཁྲིམས་ལམ་ལུགས་སྒྲོར་གྱི་གཏན་  
 འཁེབས་ཟིན་བྲིས་མིག་སྟོན་བྱུང་། མལ་དུ་མི་ཚུགས་པའི་  
 དགའ་ཆོར་སྒྲེས་གྲང་བཞུ་ཙ་སྒྲུངས་པ་སྟོ་ལུའི་རྒྱང་  
 ལུགས་གྲིས་དེད་ནས་ཆེག་པར་འཕྲོས་ཏེ་དེར་རྒྱ་ལྷག་  
 ལུག་པའམ། བོད་གྱི་སྒྲན་གཞུང་དུ་ཆེག་རྒྱགས་སུ་གྲགས་  
 པ་ན་ཞིང་མལ་ལྷུང་མི་ཁྲིར་བཏེན་སྒྲན་ཁང་དུ་བཅར་  
 ཡང་། མ་གཤོ་ཁང་ནས་ཞིབ་ནན་གྲིས་བལྟས་མཐར་འདི་  
 དག་ག་ཤག་བཅོས་དགོས་གས་གྱི་ནད་གྲང་། ཡོ་ནའི་  
 བབ་གྲིས་ག་ཤག་བཅོས་སྟོ་འགན་བཟོད་མིན་གནས་ཚུལ་  
 བྱུང་། དེ་ནས་ཉིན་ཤག་མལ་ལྷུང་མཐར་རྒྱང་པ་བགྲད་དེ་  
 འགྲོ་བྱུང་ཙམ་དང་། རིམ་གྲིས་གོམས་མཚམས་ཕྱིར་བུ་མ་



བྱུང་བའི་སྐབས་སྐྱངས་པ་གནས་བཞིན་དལ་བྱར་འགོ་  
 བྱུང་པ་དང་། རྒྱུ་དུ་གན་རྒྱལ་ཏལ་ཆོ་རྒྱ་ལྷག་སྦྲར་ཚྱོད་  
 ལང་ནས་ཕྱིར་ཐོན། གནམ་ག་ཤིས་སམ་ཟས་སྦྱོད་གྱིས་  
 རྒྱུན་པས་ཕྱིར་བྱ་སྐབས་རྒྱང་པ་བགྱང་དེ་འགོ་དགོས་པ།  
 ཕྱིར་ཐོན་བྱུང་མིན་གྱི་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཏུ་གོང་ཁོག་  
 འཁོར་ཏུ་ན་ནས་གན་རྒྱལ་དུ་ཏལ་དགོས་པ་འདི་བཞིན་ཆོ་  
 རྒྱུ་དུ་འབྱར་མེད་ཞིང་། དེའི་རིང་སེམས་རྒྱུ་ལྷ་བྱས་  
 ལས་དོན་སྐྱབ་འཆར་ཞིག་གྱུང་ཡུལ། སྦྱི་ཟླ་འཆོས་  
 ༡༧ བོད་ལྷགས་གྱི་གནམ་ལོ་གསར་ཆོས་ཉིན་ཨུ་ཡོན་  
 གཞན་རྣམས་གཙོ་འཛིན་རྣམ་པ་དང་། ཆབ་མདོ་ཞན་  
 ཨུའི་སར་མཇལ་དར་ཕེབས་ཆོད་ཕྱན་རྒྱང་པ་བགྱང་ནས་  
 འགོ་དགོས་གྱིས་བཅར་མ་བྱུང་གྱུང་གཙོ་འཛིན་སློ་གཡང་  
 འགའ་ཏུ་ཆོད་ཕེབས་དར་ཨ་འཁོར། མངར་ཆ་བྱེ་རིལ། གོ་



རུག་སེགས་གསེལ་རས་སྟུལ། སེས་ཐོག་ཐང་ལྟ་ཡི་  
 དགའ་ཚལ་ས་ལ་འཕེས་འདྲེ་སྟོང་ཁང་སྟུལ་ག་ཤེས་ཟླ་  
 ་མཆོས་༡མར་ཐང་རང་་ཤག་ནས་ཚུར་བསྐྱས་སྐར་འཛིན་  
 དང་། དེ་ནས་བཟུང་པལ་ཆེར་སྟོབ་སྟོང་སར་རྟག་བཅར་  
 བཙུན། ཆོས་༡༠སྐར་ཁམས་ཆ་མདོ་དབང་རྒྱས་སེགས་  
 ཉེས་ཅན་རེ་ཟུང་བྲིམས་གཙོད་དགོས་རྒྱུ་སྟོར་ཆོགས་  
 འདྲ་གསུང་བ་ཤད་དང་། ཕྱིར་ནང་སྟེ་ཆོགས་ཞིབ་འཇུག་  
 ཆོགས་པས་ལས་དེན་སྟོབ་འཆར་ཡུལ། ཆོས་༡༥སྐར་  
 ཁམས་ནས་བསྐྱལ་བཟང་བཟླ་་ཤེས་སེགས་བྱང་བས་  
 སྟོང་ཁང་ལྟག་་ཤག་འཤིར་སྟོས་་ཤིང་ཆོས་༡༥ཉིན་ལང་  
 མཆོག་དང་སྟེ་སྐས་ཆོགས་འདྲར་ཕེབས་སྟོར་ལོ་རྒྱ་བྱ་  
 རིན་ནས་བཀའ་སྟོབ་གནང་། ཆོས་༡༡ནས་གྲོས་ཆོགས་  
 འཆོགས་ཡུལ་ཆོམ་ཆོན་དུ་གནས་སྟོས་ཉིན་བསྐྱེད་རོགས་



རམ་གྱི་བསམ་འཆར་བ་འདྲ། ཟུ་ཡོན་གསར་འབྱེར་  
 རྣམས་ཆོགས་རྒྱུ་ཁག་ལྟར་བགོས་འབྲེམས་སྒྲབས་འབྲི་  
 གྲོག་གང་ཡང་མི་འཤེས་པའི་རྒྱུ་པོ་ཞིག་དང་སྤྱི་ཆོགས་  
 ཞིབ་འཇུག་ཆོགས་རྒྱུ་ཁོངས་བཞག་སྟེ། འདི་པར་སྒྲན་  
 ཆ་དྲིས་ན་ཡུལ་ལྟར་གནས་རྒྱུ་མང་པོ་བ་འདྲ་རྒྱ་ཡོད་  
 དེད་ཟེར་བ། འདིས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཙམ་ཡང་ཕྱི་མ་  
 འབྲིའི་རོགས་རམ་ཅི་ཡོད་སྟམ་བྱུང་གསོད་གྱིས་བསོད་  
 རྟོབས་གཙོས་པར་མ་རངས་རྣམ་འབྱུར་ཡང་བསྟན་པ། བྱི་  
 རང་སྤྱི་ཆོགས་གྱི་གནས་རྒྱུ་མང་ཙམ་ཕྱི་ཉལ་འདྲི་རྟོག་  
 རྒྱས་མངའ་ཡོད་པ་བྱས་ཏེ་སྒྲབས་མཆོམས་སྟན་སེང་ཡང་  
 ཡང་འབྱུལ་དགོས་རྒྱ་དེ་ལས་དོན་གྱི་ལྟོ་བ་ཡོན་པ་མ་  
 ཆོར་ཞིང་ཉམས་སྤྱུང་མེད་པར་སྤྱི་ཆོགས་ཕྱི་མ་འབྲི་ཞེས་  
 དབུ་ཨོ་སྤྱི་སྟེ་ནས་མཇུག་བཟླ་འཤེས་འཤོག་ཅེས་པའི་བར་



གཞུང་པོད་གཅིག་བཟོ་བྱ་དེ་ལྟེ་བར་བཅུས་པའི་ནོར་  
 འབྲུལ་ཚབས་ཆེ་དེ་བྱུང་ངོ་། ཆོས་༥༠ཉིན་སྒྲོབ་སྦྱང་  
 ལེགས་བཅུས་བྱེད་ཕྱོགས་དོན་ཚན་བཞི་སྟེང་བསམ་  
 འཆར་ཡི་གེ་སྦྱར་བྱ་བསྒྲན་སྒྲེར་དང་། ཟླ་༤ཆོས་༡ཉིན་ལོ་  
 སྦྱར་བྱ་དོན་མཆོག་ནས་གསུང་བ་ཤད། དེམ་གྱིས་ཆོས་༤་  
 ༥ལ་མཁན་པོ་སྒྲོ་བཟང་དང་། ཆོས་༤ཁྱུལ་མཚན་དབང་  
 འདུས། ཆོས་༡༡ནས་དེན་དོན། ཐུབ་བསྒྲན་ཀུན་དགའ།  
 འཛིགས་མེད། ཐར་འདོད་སེགས་ལ་དེགས་རམ་འདྲི་ཚུད་  
 དང་བསམ་འཆར་འཁོག་ལེ་སྦྱར། ཆོས་༡༧བྱིམ་པ་ནམས་  
 ལ་སྒྲོབ་སྦྱང་གཏམ་བ་ཤད་ཞུས། ལྟ་པའི་ཆོས་༡་༡གུང་  
 སངས་དང་། ཆོས་༥ནས་བཅུ་མས་ཉིན་གསུམ་དགོན་ཐོག་  
 ཆོགས་འདུར་བཅར་ཞིང་སྒྲ་ཕྱིར་སྒྲོ་བཟང་ལ་འཐབ་ཚུད་  
 དང་མི་དམངས་འགའ་ཞིག་གིས་སྦྱག་བསྒྲུལ་བབྱངས།



ཞི་དུལ་བག་ཡོད་རབ་བྱུང་གི་ངང་ཚུལ་ལས་ལྷོག་སྟེ་  
 དགོན་པར་བྱུང་དབང་བྱིས་ཁང་བཙུགས་པའི་ཡེ་ཆས་  
 ཡ་ང་བ་དམངས་ཚོགས་དགོངས་བདེན་བྱགས་བདེན་  
 སྟམ་པ་མཐོང་། ཉིན་ཐ་མར་དམངས་ཀྱི་རེ་འདུན་ལྟར་  
 ཨུའི་ཟེ་ཟེར་བ་འཛིན་བཟུང་དང་། ཆོས་འབྲང་མའི་རྩུའི་  
 གྲང་ཐེབས་ཏེ་དོན་ཚན་བཞི་ཡི་སྒྲོར་བཀའ་སྒྲོབ་གསུང་  
 བ་ལྟར་གནང་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་དགོན་ཐོག་ཚོགས་འདུར་  
 བཅར་སྐབས་དམངས་ཚོགས་ཀྱི་རེ་འདུན་ལྟར་ཁུ་བྱག་  
 སྒྲོབ་དཔོན་དང་ཆོས་འབྲུབ་སོགས་མི་དགུ་དེ་དམ་  
 གནང་། ཆོས་༡༤ཉིན་ཆེ་དབང་སྒྲོལ་དཀར་ཞེས་ངག་  
 ཚོགས་ཚང་བྱིས་འཛིན་མའི་སྒྱུན་མཆོད་བྱ་མེ་ཞིག་གནས་  
 སྐབས་གྲུ་པ་དང་། དེམ་པར་ངག་ཚོགས་སོགས་བརྒྱད་  
 འགྲོ་སྐྱངས་གཏན་ཁེལ་བྱུང་ཕྱིན་དེ་སྒྲོན་སྒྲི་རྟེང་སྐབས་ཀྱི་



གླ་དཔོན་དབང་སྟོབས་གཟི་བརྟེན་མང་པོ་ལག་ཡིད་  
 འདོད་པས་འཆོར་རྒྱུན་བྱས། ད་ཆར་གླ་མ་ལོག་ཟིན་རྒྱབ་  
 བཅུམ་ཚུལ་འཆོས་སྒྲག་བསྟན་དགོས་པ་མི་འདུག་པས་  
 གོགས་མེད་བརྟེན་སྟམ་གམ་དུ་ཉར། བྲག་ཁུལ་མངའ་  
 བདག་འབྲུག་ཡིད་པ་རྒྱས་འཁོས་ནམས་སྤྱི་བྱེད་བབ་ལོ་  
 རྒྱས་འཁོག་གྲང་ལས་ཁྱདས་སྤྱུ་ཡུལ། ཆོས་༡༥་གྲང་མིའི་  
 རུའི་གྲང་ནས་རུའི་གྲང་ཆོར་བཀའ་སྟོབ་དང་འབྲེལ་བྱེད་  
 རང་ནས་བཅུམས་ད་སྟོན་ལོ་བཅུ་དེང་ཏང་གི་སྤྱིད་རྒྱས་  
 དྲག་གཞོན་ཡིན་ནམ་ཁོག་ཡངས་ཡིན་སྟོབ་སྟོང་དང་།  
 ཆོས་༣༥་ཉིན་རང་གི་ནག་ཉེས་ཕྱིས་འབུལ་ཞུ་ཡིག་  
 བསྐྱར་དུ་ཡུལ། གླ་༤་ཆོས་༡་ནས་ཆོགས་མིས་རིག་ཕྱིལ་  
 ཕྱིམ་སྤྱ་བརྒྱད་ཅུ་འབུལ་དགོས་མི་དེར་ཕྱིམ་སྤྱ་ལྔ་དེ་བྲོབ།  
 འདི་ནས་སྦྱང་སྤྱ་ཉི་ཤུ། བྲོ་ཁག་གསུམ། གླ་གནས་གང་



བྱས་ཆོགས་བཅད་དུག་ཅུ་རེ་བདུན་བཅས་ཇི་དུང་བརྒྱད་  
 དུལ། ཆོས་་ནས་ལེ་ལྷ་ཁུ་རིན་མཆོག་གི་མཛུབ་སྟོན་  
 ལྟར་བོད་ཁྱ་ཨུའི་ཆོགས་ཆོན་བཞི་པའི་ཐོག་པམ་ཆོན་རིན་  
 དེ་ཆེ་མཆོག་གིས་སྒྲ་ལེའི་མཛུག་བསྟེམས་དང་འདི་ལེའི་  
 ལས་འགན་སྒུལ་བ། གྲང་གོ་ཏ་མཆོག་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་དང་  
 མེས་རྒྱལ། བོད་ལྗོངས་གནས་ཚུལ་གསུང་བ་ལ། མཐོ་  
 རིམ་མི་སྒྲ་རིགས་གསུམ་སྟོར་ཆོགས་རྒྱུ་ཁག་བགོས་  
 སྟོབ་སྟོང་གོས་ཆོགས་གནད་། ཆོས་་དགོངས་མེར་  
 ཉེས་ཅན་བཅོ་བརྒྱད་འཛིན་བཟུང་དོ་དམ་འབྲེལ་དེ་འཕུལ་  
 གྲོན་རྒྱུའི་ཆོགས་ཁང་དུ་ཁྱང་ཁུའུ་རིན་མཆོག་གིས་དེ་དག་  
 འཛིན་བཟུང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་དོན་ཚན་གསུམ་གྱི་  
 དབུགས་དབྱུང་བཀའ་སྟོབ་སྒུལ། འོས་ཆོམ་སྒྲུམ་པ་ལ། ཉེ་  
 ཏེ་ཕྱིར་སྟོག་སྒྲུབས་དག་ཆོགས་གྲང་འཛིན་བཟུང་ཁོངས་



ཚུང་ཁོ་པ་འབྲུག་ཡོང་དུ་ཞུགས་ཏེ་ཇག་གཙོས་བསམ་  
 ནག་གིས་མདའ་དཔོན་མིང་བཏགས་ཏེས་ཅན་ལ་བཏེན་  
 དགོངས་དག་ཐུགས་བདེན་ལས་མ་འདས་གུང་། རང་  
 སེམས་དགའ་སྡུག་ཀུན་ཏེག་སྒྲེག་གི་སྒྲེས་གར་དང་ཆོས་  
 མཚུངས་དག་གཏེན་དཔྱེ་འཕྱེད་མ་ཐུབ་ཡིད་པམ་སྒྲེ་རྒྱས་  
 ཚད་མེད་སྒྲེ་མཐུན་འགའ་ཞིག་མདུན་མཆི་མ་དབང་མེད་  
 དུ་བྱལ་ཡང་། ཡང་དག་པའི་བསམ་ཕྱོགས་ཕྱི་མའི་འཐབ་  
 འཛིངས་རྩུང་བསྒྲེད་མི་མཐུན་ཕྱོགས་བེལ་གྱིས་མནན།  
 ཆོས་་ཀྱི་ཏེན་སེང་གེ་རྫོང་དུ་ལྷ་སྒྲོར་ཞིང་པའི་མཐུན་  
 ཆོགས་ཀྱི་རིན་གྱི་སྒྲོང་ཆ་བཟང་པོ། ལུང་བཟོ་དང་ལུང་  
 འདྲན་ཐབས་ཚུལ། ལོ་ལེགས་གྱི་གནས་ཚུལ་སེགས་  
 མཐོང་ཞིང་ཐོས། སྒྲ་རྒྱབ་གྲང་མིའི་རྩེའི་གྲང་དང་ནམ་རྒྱལ་  
 དུ་གྲང་རྒྱང་ནས་མི་་ཀྱི་ཚུལ་མིན་ཏེས་སྒྲེད་བསྒྲགས་



དཔར་གནང་། ཆོས་ ༥༠ དགོངས་ཆོགས་ལྷང་གུ་རིན་  
 མཆོག་ནས་བཀའ་སློབ་དང་། ཟླ་ ༧ ཆོས་ ༡ གུང་གུང་དཔུ་  
 བརྟེས་དགའ་སྟོན་ཆོགས་ཆེན་དུ་ཞུགས། འདི་དག་གི་  
 སྐབས་འཁོག་འཁུན་བའུ་བརྟེས་སོགས་ངལ་ཕྱིལ་ཕྱན་བུ་  
 བཅུས། ཆོས་ ༤ ཉིན་དག་ཆོགས་གྱི་ཞུ་མེ་དང་ ༩ ཁྱག་  
 གཅིག་དངོས་ཆས་བསྐྱུ་སྐབས་མ་ཕུལ་ཏམ་ཉར་བྱས་  
 ཕྱིལ་རོགས་རམ་ལ་ཕྱིར་ནང་འདི་ཡིན་དེ་མིན་དག་སེལ་  
 དང་། སྐྱ་ཆེ་དག་ལའང་རོགས་རམ་གྱི་གཏམ་ཞིག་སང་  
 བ་ཡར་ཐོན་གྱི་འགག་དྲོ་ཆེན་པོར་གྱུར། གཅིས་ནོར་གི་  
 སར་འབྱུངས་སྤྱིང་པོད་གསུམ། སོག་སྟོད་སྦྱང་གྱི་སྦྱང་  
 ཡིག་བཅས་དབང་འདུས་བརྒྱུད་སྤྱིད་གཞུང་ལ་ཕུལ།  
 ཆོས་ ༡༡ ཉིན་མའོ་གུ་ཞི་མཆོག་གི་བཀའ་ཕྱིམ་མི་དམངས་  
 ནང་ཁུལ་གྱི་འགལ་བ་ཡང་དག་པར་སེལ་ཐབས་སྒྲུབ་



སྒྲོབ་སྒྲོང་གནང་འགོ་ཚུགས། ཆོས་༡༥ཞེག་པར་སྒྲོབ་  
 སྒྲོང་། ངལ་ཕྱིལ། འཕྲོད་བསྟེན་ཏེ་ཕྱི་ཁབ་གསུམ་དུ་  
 བགོས་ཤིང་། གོང་གི་བཀའ་འཇམ་ཇི་ལྟར་སྡེ་སྤྲུལ་གྱིས་ད་  
 སྤྱི་ཕྱི་གང་ཆོས་སེ་སེའི་ལས་འགན་ཇི་བཞིན་མ་ཁུར་  
 ཚུལ་ཅམ་གསུངས་བྱུང་བ་འདི་ནས་བཟུང་རྒྱས་མངའ་  
 མེད་པ་དང་། བྱི་ནང་གི་གནས་ཚུལ་འཆོལ་འབྲལ་མ་བྱུབ་  
 པ་སོགས་ཀྱི་སྒྱུན་ཆར་བཞེན་སྡེ་ཆོགས་ཞིབ་འཇུག་  
 ཆོགས་པ་དང་ཕྱི་གང་ཆོས་དབྱེངས་སུ་ཐིམ་འགོ་ཚུགས་  
 པ་འདྲ་ཡང་ཏ་མ་གོ། ཆོས་༡༠ཉིན་སྒྲོ་གཡང་འགག་ཏུ་  
 ཐེབས་པར་ཉི་ཆར་སྡེ་སྤྲུལ་གྱི་གཏམ་དེར་དོ་ཁུར་ཡིན་  
 ཁུལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མཐོང་ཐོས་སྒྲོར་ཞུ་ཡིག་  
 དུལ། འདི་སྒྲོར་ཆོགས་འདྲུའི་ཐོག་ཁྱང་མཆོག་གིས་སང་  
 ཚུ་ཆོད་འདི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཉེས་ཅན་བཟུ་ནམ་དགོན་ལྟག་ཏུ་



བྱིས་མ་གཅིད་བྱ་རྒྱུ་ཅུ་ཡིན་ནམས་མིག་བལྟར་འགྲོ་མིན་  
 རང་མེས་ཡིན་ལྷགས་ཕེབས་པར་དང་ཐོག་འགྲོ་ཕྱིས་  
 རུ་། དུས་ཐོག་ལས་ཚུ་ཆོད་ཕྱིད་སྒྲ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་  
 རྟོག་ཐོན་མ་སང་སྒྲ་བས་ངེད་རྒྱ་མ་དེ་ཙམ་ཡིད་པའི་ཁྱག་  
 མ་འདོམས་ལ་བཏགས་ཏེ་གྲོགས་པེ་ཆོ་མགྲོགས་བསྐྱོད་  
 གྱི་ཕེབས་རྗེས་ཟིན་རེ་བྲལ་སྒྲ་བས་མ་ཕྱིན་པར་ཡང་  
 གྲོགས་འཁྱིག་གིས་སྤང་ནས་རང་མེས་གསུངས་གྲུང་རང་  
 འགྲལ་བྱས་མ་སང་བའི་སྐྱོན་བརྗོད་གྲུང་བྱུང་བ་ནད་པ་  
 མིན་ནའང་དངོས་དོན་མཐུན་མིན་མ་ངེས། འགྲའ་ཞིག་  
 འཁྱིན་ཏུ་དགྲའ་སྐྱོ་ལས་ཞེད་སྤང་མ་བྱུང་བེད་ཡང་འཕྱང་  
 མེ་ལྷག ཟླ་ལོ་ཆོས་༡༤དགོངས་ཆོགས་སྒྲ་བས་གྲུང་གྲོགས་  
 པེ་ཞིག་གིས་ཆོ་དབང་སྐྱོལ་དགྲར་མནའ་མའམ་གཡོག་  
 མེ་ཅི་ཡིན་ཁ་གསལ་དགོས་གསུངས་གྲུང་དག་ཆོགས་



དང་ཁ་གཏམ་འཕྲོ་ཅན་དུ་གྱུར་བཞིན་ཁོ་མོ་སྒྲར་ཐུས་  
 སྒྲོད་རོགས་བྱས་པར་སང་བས་རེ་ཞིག་གསེལ་མ་དགོས་  
 པ་ཞེས་བདེན་དོན་གྱི་ལན་ཤུལ། ཆོས་ ༥༠ ཉིན་རྒྱལ་ཁབ་  
 དབུ་བརྟེས་ལོ་བཅུ་གཅིག་ལོན་ཉིའི་བཞུགས་ཆོགས་  
 བཀའ་མེལ་དང་དགོངས་མེར་གསེལ་སྟོན། ཕྱིར་ནང་ཐང་  
 ཆེན་སྟང་ཆོགས་འདྲར་བཅས་ཉིན་གསུམ་གྱ་ཡངས་  
 གནང་། ཆོས་ ༥༡ བོད་ལྗོངས་ཆབ་སྲིད་གྲོས་ཆོགས་  
 ཐེངས་གཉིས་པར་ཕེབས་མཁན་ནམས་ལ་བདེ་ཐོ་གནང་  
 སང་ཞིང་ཆོས་ཉེར་དུག་ཉིན་སྟོ་བུར་ངེད་ལ་ནད་གྱིས་ཕེར་  
 ཆོ་སྟོ་བཟང་སྐལ་ལྡན་རོགས་རམ་པར་མངགས་འཐུས་  
 གྲོས་ཆོགས་སར་འགྲོ་བསམ་རང་མེས་སྦྱན་གསལ་  
 གཟིགས་སྦྱན་བྱུང་པར་ཅན་ཕེབས། དགའ་གུས་དངས་  
 སྟངས་ཐོན་ཆས་འབྲེལ་གྲང་མིའི་རྩེའི་གྲང་། སྟོ་གཡང་། རྗེ་



རྩུང་རིན་པོ་ཆེ་སོགས་དང་ལྷན་ཆོས་༡༤ ཉིན་བཅེག་ཕྱི་  
 ཟླ་འུ་ལྷན་ཆོས་གཅིག་ལྷ་སར་སླེབས། སློབས་རྒྱལ། ཆོས་  
 དང། ཆབ་དགོན་འབྲས་མི་བྱང་རྒྱལ། བྲག་གཡལ་གཉེར་  
 རྩོ་བཟང་དཔལ་ལྷན་བཅས་མཉམ་པོ་བསྐྱེད། ཆོས་༥ ཉིན་  
 རྩོང་དུ་བལྟ་སློར་དང་། ཆོས་༤ ལྷ་གོན་ཆོགས་འདྲའི་ཐོག་  
 གུ་ཞི་འདམས་བསྟོ། གོས་རིམ་ལ་གོས་འཆམས། གཙོ་  
 འཛིན་ ཐའན་གུ་སན་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ཤད་གནང་།  
 ཕྱིར་ནང་སྤྱུ་ལེན་ཟླ་བ་བཅུ་དེའི་གསར་བཛེའི་རྗེས་དྲན་  
 དགའ་ཆོགས་དང་ཡིག་རིགས་བསྟར་གས། ཆོས་༤ ཆོགས་  
 རྩུང་དང་ཕྱིར་ནང་དངོས་གཞིར་དངོས་ཞུགས་༡༡ རྩུང་  
 ཞུགས་༡༠ ལྷན་དང་པོར་བསམ་པོ་རྩུ་གུ་ཞི་དང་། ཐོད་  
 དམག་ཁུལ་གྱི་སི་ལིང་ཡོན་ཏི་རྩེ་རྩུང་། ལྷ་སའི་ཕྱི་གྲང་  
 མཆོ་སྟོ་དོན་གྲུབ་ཆེ་རིང་། ང་པོ་དེ་ཆེ་བཅུན་སྟོན་དགར།



ཟུར་ཞུགས་བསམ་གླིང་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ། གློ་  
 རིགས་བཅས་ནས་གསུང་བ་འད་དང་གསེལ་སྟོན་  
 གནད། ཆོས་༡༠༨ར་ལུགས་བཅོ་གྲར་བལྟ་སྟོར་དང་། དེ་  
 རྗེས་འགྲུ་རྩ་དེ་ཆེན་ཚུ་འཕགས་གློག་འདོན་ས་ཚུགས་  
 བཅས་ལ་བལྟ་བསྟོར་དེ་མཚར་བཞེད་པ་བསམ་ཡས་  
 མིག་གི་བདུད་ཅིར་སྟོན། ཆོགས་རྒྱུ་ལུ་མཐུད་ཆོས་༡༤  
 དགོངས་མེར་ཅ་ཅེ་བྱུ་ནང་གསེལ་སྟོན། ཆོས་༡༥ལྟ་རྟོ་  
 ཆོགས་རྒྱུ་ཕྱི་རྟོར་ཆོགས་ཆེན་གསུང་བ་འད་ལས་བྱི་  
 ལུས་སྒྲོས་འཆོམས་དང་། མཚན་ནོར་འཁོར་བ་ཡོད་སྟོན་  
 གྱང་ཟེན་ཐོར་གང་འཁོད་ལྟར་ན། དང་པོར་བཅོ་ལས་  
 འགྲེམས་འབྲལ་བྱུ་གཙོ་གཙོ་འཛིན་རྒྱ་རིགས། ལུ་ཡོན་འཆི་  
 མེད་དེ་ཤེ། རྗེ་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ། མཆོ་སྒྲོ་མག་པ། དཀར་བྱང་  
 དོན་གྲུབ་ཆེ་རིང་། ལུས་པོ་དབང་འདུས་སོགས། ཆོས་



[illegible]



འཕྲོད་ཆེས་རྒྱལ་ཉི་མ། བསྟན་དར་རྒྱ་མཚོ། བྱང་ཅེ་ལྷག་པ་  
 ཆེ་རེད་། ལྷན་ལྷན་སངས་རྒྱས་ཆེས་འཕེལ། ཆེས་ལྷིང་ཡེ་  
 འཤམ། སྒོ་ག་འཕ་ཀུན་དགའ་ནམ་རྒྱལ། རྟོན་བྲག་འཆི་  
 མེད་རྟེ་ཇ། མཚོ་སྒོ་བདེ་སྦྱིད་གཡང་འཛེམས། ཟུར་ཞུགས་  
 བསྟན་འཛིན། བྱང་ཅེ་དང་རིན་ལྷན་སངས་ཁུལ་ཨུ་ཡོན་ཐུབ་  
 བསྟན་རིན་ཆེན། སྒོ་བཟང་ཕུན་ཕོང་། ཐུབ་བསྟན་ཉི་མ། སྒོན་  
 ལམ་རྒྱ་མཚོ། བདེ་ཡངས་འཕྲུག་ཡེ་འཤམ་སྐྱབས། ཆེས་  
 ༡༥ སྒྲ་རྟོ་བྱང་ཅེན་ཨུ་མཚོག་གི་གསུང་བའུ་དང་དང་ཨུ་  
 ཡོན་གསར་པ་ ༡༧ འཛེམ་སྒྱུག་ ཆོད་རྟོན་ཁག་ལ་གྲོས་  
 འཆམས་ཀྱིས་ཆོགས་ཆེན་གྲོལ། ཕྱི་རྟོ་བྱང་གོ་སངས་རྒྱས་  
 ཆེས་ཆོགས་བོད་ཡན་ལག་ཆེས་ཆོགས་འཆོགས་འགོ་  
 རྟོགས། རྒྱ་མཚོ་སྦྱིང་སྒྲུལ་སྒྲུ་རིན་པེ་ཆེས་དེ་སྒྲུའི་ལས་  
 དེན་ཕྱོགས་བསྐྱེམས་གསུང་བའུ་དང་དང་དགོངས་མེད་



གསེལ་སྟོན། ཆོས་ཀྱི་ཆོས་ཆོག་ས་ལུ་མཐུང་འཕགས་  
 ཆོན་རིན་པོ་ཆེ་དང་། སྤེལ་དོན་གྱུ་རུ་རིན་གཞོན་པ་ཡི་ཡང་  
 རས་བཀའ་སློབ་སྟོན་སྟོན། མིའི་རྩ་བུ་གཞོན་པས་ལས་  
 འཛིན་མཚན་ཐོ་བསྐྱགས་པར་ངན་བྱུང་ཚུད་པའི་སྐལ་  
 བཟང་དང་། དེས་པར་གཏིངས་སྒྲུལ་རིན་པོ་ཆེ། གྱུ་རུ་རིན་  
 གཞོན་པ་འགྱུར་མེད་རིག་འཛིན། སློ་བཟང་དེ་ལྟེ། རྩལ་  
 དབང་ཆོས་ལྟེ། གཡུ་རྩུང་དགའ་བ། ཐོ་ཡིང་མཁན་སློ་  
 བཟང་འཇམས་དཔལ། ཐུབ་བསྟན་བསྟན་འཛིན། གར་  
 དབང་། བསྟན་འཛིན་སློ་ལྟན། ར་སྤྱོད་བསྟན་འཛིན་  
 འཇིགས་མེད། གྱུ་རུ་རིན་སློ་བཟང་ནོར་བུ། སེར་སློ་བཟང་  
 དགའ་བ། སློ་བཟང་རྩལ་མཚན། མཚན་ཞབས་ཆོས་  
 འཕེལ་དགའ་བ། རྩུང་ཆེ་བྱམས་པ་འཕྱིན་ལས་སོགས་  
 རས་གསུང་བ་ཉད། དགོང་མེར་ཅིན་སྤྱི་རས་གསེལ་སྟོན་



གནང་། ཕྱིར་ནང་དྲན་ཕུའུ་གང་ནས་གསུང་བ་ཉང་དང་  
 བཅས་རྒྱ་ཁའི་ངང་གྲོལ་ཞིང་། གོང་ཆོས་འཁོག་ལ་  
 འཕགས་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་གསེལ་སྟོན་གནང་།  
 ཁྱི་བྱང་གི་བཀྲམས་སྟོན་སར་ཡང་ཕྱིན་པས་ངེ་ཆ་བ་དང་  
 ཞེ་ལྡོག་པ་དང་། ཞབས་འདྲན་པའི་ཡེ་བྱང་མང་། ཆོས་  
 འཕེའི་ཉན་ལྟ་ས་ནས་བཏེག་ཉེར་དགུར་ཆབ་མདོར་འབྱེད།  
 ཟླ་༡ འཆོས་འཁོག་གང་ཕུ་གང་མཆོག་གིས་ལྟ་ས་ཆོགས་  
 འདྲའི་གྲུབ་འབྲས་དང་། སྤང་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་སྤངས་སྟོར་  
 བཀའ་སྟོབ་དང་འབྲེལ་ཉན་གསུམ་ཆོགས་རྒྱུད་ཁག་  
 བགོས་སྟོབ་སྟོང་བྱེད་སྤངས་གོ་བསྐྱར་གྱིས་ཆོས་དཔེ་ནས་གང་  
 དེ་པེ་མཆོག་གི་གསུང་བ་ཉང་སྟོབ་སྟོང་དབུ་ཚུགས།  
 ཆོས་༡ རྒྱས་རིང་མིན་ཆབ་སྤྱིད་ཨུ་ཡོན་རྒྱས་འཛོམས་  
 གྲོས་ཆོགས་ཐེངས་གཉིས་པར་ཞུགས་ཅིས་སྟོབ་སྟོང་



མཚམས་བཞག་ཚང་མས་ཡིག་འབྲི་པར་འདེབས་སོགས་  
 གྲུ་སྒྲིག་ལས་ལ་བྲེལ། ཆོས་འཁོར་པན་ཚུན་ཁ་ཕྱིར་ངན་  
 ག་ཤིས་གྱི་སྒྲིན་ལ་བཏེན་ཆོ་དབང་སྒྲིན་དཀར་བྱོགས་  
 འཁོར། གཡོག་མཁན་མེད་ཕྱིན་ཚུ་གང་འབྱུང་ཚུ་ལས་མ་  
 འདས་སྟམ་མུས་གུང་དུ་བས་མིག་ལ་ཏ་ཅང་གཞོད་སྒྲིན་  
 མ་གཏོགས་ཁོག་ཕྱིས་བྱས་པ་ཅམ་ནི་བྱ་དགོས་མ་གུར།  
 ལྷ་སའི་མར་ལམ་གོས་ཐིག་བསྒྲུ་མས་ཉེས་གྱིས་ལག་  
 གཡས་མཐེབ་སེན་ཕྱན་བྱ་ཕྱལ་བའི་མ་ཉེས་ནག་སྒྲུངས་  
 སྒྲན་རས་གྱིས་དྲི་དགོས་སྒྲབས་བཏེན་པར་འདེབས་ལྷ་  
 ཅི། ཡིག་འབྲི་དག་བཅོས་ཅམ་ཡང་ཞུ་མི་བྱུང་པའི་གནས་  
 སུ་གུར།

གྱི་ལོ་༡༩༤༡གསར་ཆོས་ཞོགས་སྐར་གྲིན་རྩའི་  
 ཆོགས་ཁང་དུ་ཏེན་འབྲེལ་གསུང་བ་འད་དང་དེ་ནས་ཐང་



རྟེན་ཆོགས་ཆེན་འཆོགས་འཁོར་ཉིན་གཉིས་སྟེ་སངས་  
 གནང་། ཆོས་༤སྟོར་བྲག་གཡེབ་ནས་ལྷེ་བཟ་སོགས་ཅུ་  
 ཡོན་འབྲུས་མི་ནམས་འཛམས། ཆོས་༡༥གོས་ཆོགས་སྟེ་  
 གོན་དང་། ཆོས་༡༠མེ་རྩེ་མཆོག་ནས་བཀའ་སློབ་  
 གསུང་བ་འད་གནང་ཞིང་བོད་ལྗོངས་ཆབ་གོས་སྐབས་ཀྱི་  
 ཡིག་རིགས་ནམས་ལ་སློབ་སྦྱང་བྱས་ཆོས་༡༥ནས་  
 ཆོགས་ཆེན་དུ་གསུང་བ་འད་སོ་གཅིག་དགོངས་མེར་  
 གསེལ་སྟོན་བཅས་རྒྱལ་ཁའི་ངང་གོལ། ཟླ་༡ཆོས་༥ཆུ་  
 ལྷངས་སྐབས་གཟབས་ནན་མ་བྱས་རྒྱུན་ལུས་འབྱེར་བུ་  
 བུང་འཆོར་ཉིའི་ཆབ་ཚུབ་སྟེ་འགམ་སྒྲ་བརྒྱབས་གདོངས་  
 བ་སྒྲངས་པས་སྒྲན་ཁང་དུ་ཉལ་བར་ཕྱིན་ནུབ་ཆུ་མདའ་ཆེ་  
 བ་རྒྱགས་སྐབས་ལག་གཡེས་འོ་དོད་འཐོད་དགོས་ལ་  
 ཐུག་པ་གཟེར། ཉིན་ལྟར་སྒྲན་དང་སྒྲན་ཁབ་ཐེངས་དུག་རེ་



སྒྲོལ་གཟུངས་ནན་གནད་། རྣམ་རྒྱལ་པུ་ཁྱང་ཆེད་ཕེབས་  
 གྱིས་ཕག་༢༡་གྱིན་དང་བྱེ་རིལ། ཕིན་ཁྱང་ཨུའི་ནས་ལས་  
 བྱེད་ནད་པའི་རིགས་ལ་ཡིས་ངོ་ལག་བྱིས་མངར་ཆའི་  
 གསེལ་རས་སྐྱལ་བའང་ཐོབ། རིང་མིན་དངས་སྒྱེད་ལ་  
 བསྟེན་རང་གནས་ལྟོག ལྷགས་སྒྲུང་བོད་ལོ་གསར་ཆོས་  
 བྱིམ་མིར་བཅས་ལྷན་འཛོགས་དགའ་སྟོན་གནད་སར་  
 བཅད། ལོ་གསར་བེན་ནས་གསར་འགྱུར་ཐོག་གི་སྐབས་  
 དོན་དང་། ཟླ་༥་ཆོས་༡་ནས་བོད་ལྗོངས་ཉིན་རེའི་གསར་  
 འགྱུར་ཐོག་གི་ལོ་གསར་སྟོན་སྐབས་གྱི་ཁྱང་ཅིན་ཨུ་  
 མཆོག་གི་གསུང་བ་༡༥། མེ་སི་ཁོའི་གུང་ཁྱན་ཏང་དང་  
 བཟོ་པའི་ཏང་ཆོགས་གྱི་བསྐྱབས་གཏམ་ཁག་ཁྱང་ཁྱང་  
 ཁྱང་དབྱང་ལས་དུས་བརྒྱད་པ་ཐེངས་དགུ་པའི་ཆོད་དོན་  
 བཅས་ལ་རིམ་པར་སློབ་སྦྱོང་ཞུས། ཆོས་༡༠་ཁྱང་པུའུ་ཁྱང་



མཆོག་གིས་བོད་ལྗངས་གྲ་ཅུའི་གཏན་འབེབས་གོང་  
གསེབ་གྱི་ལས་དོན་སྒྲེར་དོན་ཚན་༡༤པ་སྒྲིག་སྤྲུངས་  
གནང་བ་དེའི་ཡང་སྒྲིབ་སྒྲིང་ཚུགས། སྤྱ་ལོ་ནས་བཟུང་སོ་  
གསར་འཛུགས་ལ་བཙོན་པ་འགྲལ་བ་ནམས་རིམ་པར་  
བཏོན་མཐར་ཁྱེད་ཆོས་༡ཉིན་ཡ་སོ་ཚང་མ་ཡུད། ཆོས་  
༡༠ཉིན་ནམ་རྒྱལ་ཡུལ་གང་མཆོག་གིས་ཏང་གི་ཁོག་ཡང་  
སྤྱིད་ཇུས་དང་། དན་བྱར་སྤྱབས་འཛུག་བཀའ་དྲིན་  
གཟིགས་བཟོས་སྒྲ་ན་མ་མཆོས་པས་གྲོགས་པོ་དག་  
ཆོགས་བཙོན་ཁྲོལ་བཀའ་བཟང་ཕེབས་ཤིང་ཆོས་  
༡༡ཉིན་སྤྱར་འཡུད། ལོང་བའི་མིག་དང་འགྲོ་བའི་རྒྱུ་པ།  
ལག་སོར་ཆད་པ་སྤྱར་སོས། སྤྱིད་པའི་ཉི་མ་འཁར་བར་  
ཟུར་ཏོ། ། དཀར་དང་དེ་གཞན་བྱ་བའི་རང་བཞིན་སྒྲིལ་  
གཟིགས་སྤྲུངས་ཐ་དད་པའི། ། འདབ་ལྗན་ཁོད་ལས་ཀྱི་



ལྱུ་ལྷན་པ་གྲེ་བའི་དབྱིད་དུ་ལྷན་ཅིག་པར། ། དབྱངས་  
 ཅན་མདངས་ཆེན་འཆོ་བ་མི་མཉམ་པ་སྒྲོའི་མཆོ་ཡི་སྒྲུལ་  
 བཟང་ཅན། ། བྱོ་ལྷན་བྲུལ་བ་འཁོར་ལོའི་ལག་ཅན་ཡ་  
 གཅིག་ཇོ་རྩེ་སྒྲོ་ལྷན་རེ། ། གང་ཡང་མི་དམན་མིང་གི་  
 གནས་པ་རིན་ཆེན་ཕྱོག་ཞུས་ཡོངས་སྒྲུས་འཁོར། ། འཆོ་  
 བ་བཟང་པོ་གསེར་གྱི་པར་བྱར་དར་ཟབ་སྒྲ་ལྷས་ལེན་  
 གྲིལ་ཡང་། ། གཡང་དུ་ལྷན་ངམ་སྒྲོག་ཅོར་རྒྱུ་ཞུགས་ཆུ་  
 གྲང་མི་འཕྲོད་ཟས་སེར་གྱིས། ། རྩེ་བོ་བྲུལ་བ་ནན་བྱུའི་  
 འཆོ་སྒྲོག་ཆུ་བྲུལ་ལས་གྲུང་ཆེས་ཆེར་གཡོ། ། སྒྲོན་བྲུལ་  
 མཛེས་པའི་ལྷས་ལ་མི་འཆོམས་དྲི་མའི་མོངས་པ་རྒྱ་གོ་ངོ།  
 ། བྱུ་བ་ལ་ཆོ་གས་དག་གཙང་བཟུང་པ་འོས་འཁོར་  
 འཆོམས་པ་དེ་ལེན་མིང་། ། གཟབ་འཕྱོར་གྱོན་པ་བགྲང་  
 བྱུའི་རིན་གྱིས་ཞུག་པར་དཀར་བ་བགྲེས་པོ་དེ། ། སྒྲོན་



མེར་གྱུར་བའི་ཆོར་བ་རྩུབ་པེ་མི་སྤྲུག་དྲེག་པས་ཆར་མི་  
 ཡོད། ། བྲང་ལ་ལྷགས་བཅུད་སྟོན་མཐའི་ལོག་ཅན་རྒྱུ་  
 དམར་རམ་པེ་ཉིད་ལགས་ཏེ། ། དཔྱི་དད་པ་ལ་དེས་ནི་སྐྱེ་  
 དངོས་དག་ལ་ལོ་འདབ་མཛོལ་མཐུན་སྒྲིལ་བར་གྲགས། །  
 མ་ལ་ཡའི་བསྐྱུང་ངད་པར་ལྡང་བའི་དྲི་བཞེན་འཇམ་པེས་  
 གདུང་བསྐྱེད་ན། ། མི་མཐུན་ག་ཤེས་ངན་སྐྱེ་རྟོང་ཆ་གདུང་  
 གསོད་པའི་ཆར་བེམ་སྤུ་ལ་འབོད། ། སྐྱེ་རྟོང་བྲིམས་སྒྲིལ་  
 ཆོར་མའི་ཆང་གིས་རྩུབ་པ་སྟེར་བ་ཆོས་ཉིད་དེ། ། ཞི་  
 འཇམ་རང་བཞེན་འཁོར་བལ་སྟན་གྱིས་ཇི་ལྟར་གདུང་བའི་  
 དེག་པ་སྐྱེད། ། ཉམ་ཐག་ནམས་ལ་ལྷག་པར་བརྩེ་ལྟན་  
 ཉང་གི་ཐུབ་ངེས་མ་བསྐྱབས་ཕྱིན། ། རོ་ཤེས་ཙམ་གྱི་གོང་  
 གི་མགོན་གཅིག་སྟོན་དུག་འབོད་པར་བྱའམ་གྱེ། ། དབང་  
 སྟོབས་ལྟན་ཆེ་དག་པོ་བརྒྱ་ཡང་མཛོབ་ཅེ་གཡོ་བས་བྱན་



དུ་འགྲུགས། ། ལ་ཁོས་ཞན་སྒྲུབས་སུ་མཆན་གྱི་བུ་ཡིས་  
 འཕོང་ལ་བུལ་རུང་ཐབས་གྱིས་བྱེལ། ། སྦྱོང་ལམ་ནམ་བཞི་  
 གཞན་བསྟེན་ཁོ་ན་ནད་པ་ནན་བུའི་འཆོ་བའི་ཁྱོད། །  
 གྲོགས་པོ་སྒྲ་པའི་དགོས་འདོད་རིན་ཆེན་ཡིད་བཞིན་  
 དབང་རྒྱལ་ལྗོན་པ་ཡིན། ། འབྲུམ་ཕྲག་ངལ་བས་གདུག་  
 ཅན་ལྟོ་འགྲོའི་ཆང་ལས་བྲུས་པའི་ཡིད་བཞིན་ནོར། ། མི་  
 གཙང་འདམ་གྱིས་ཆེས་ཆེར་བསྐྱད་ལ་བཟུ་ཕྱེའི་ཆེ་ག་  
 དེས་འདུག་གུང་། ། འཕྲལ་ལ་ཕོངས་པའི་དགོས་སྒྲུབ་  
 རྒྱས་སྟོངས་རབ་བཀྲེས་ལྟོ་བ་སྟོང་པ་ཡི། ། ངང་ཚུལ་ཕྱ་  
 གཟིཌ་གསལ་པའི་སྒྱུན་དེ་གུང་གུང་མིན་པ་གཞན་ལ་  
 མེད། ། དཀར་དང་གནག་དང་འདྲེས་མའི་རྟོ་གུར་ཕྱ་  
 རྟོ་ལངས་ཕྱོཌ་མཐའ་སྒྲས་པ། ། དངོས་དོན་བདེན་  
 འཆོལ་རིག་ཅུལ་ཞིབ་མེས་འབྲུལ་བུལ་སྟངས་འཛིན་



ལེགས་རྒྱུང་ཕྱག ། རྟོབས་ཆེན་འགས་འཆང་བུམས་  
 བཅེས་མཉེན་འཇམ་པརྩའི་འདབ་རྒྱས་སེར་མེ་ཡིས། །  
 བདག་ཅག་སྒྲིག་ཉན་གཡང་དུ་ལྷུང་ཉར་ལན་གཅིག་མིན་  
 བར་ལག་ནས་འཇུག། ། དལ་འབྱེར་ཉན་བཟང་ཡིན་བཞིན་  
 ལུས་སྟེར་སྟེན་བྱེད་རྩུ་གི་གནང་སྟོང་། ། གང་གི་དྲིན་  
 གྱིས་བདག་དཔལ་དར་མཛད་དག་བའི་བཤེས་གྱི་འཕྲིན་  
 ལས་དང་། ། འེ་བའི་གྲོགས་སྒྲིག་སྒྲར་ཡང་སྟེལ་མཁས་  
 ཉང་གི་བཀའ་དྲིན་གང་ཡིན་པ། ། འདི་དག་བཀའ་དྲིན་  
 གཟུགས་སུ་གྱུར་ཆེ་ས་ཡི་གོ་ལར་ཉན་གཞི་རྩུང་། །  
 དཔག་བསམ་སྟོན་དུང་བསམ་གཉན་དང་པའི་དངོས་གཞི་  
 ལ་ཅེན་དུང་སྟོང་དང་། ། བདེ་ཅན་ཞིང་ལ་མཐོང་ལམ་ཡི་  
 འེས་གསར་ཐོབ་གྱིས་གཞེས་སེམས་དཔའ་ལྟར། །  
 དགའ་བདེ་འདིས་མཆོན་དུས་གསུམ་དག་ཆོགས་ཉེ་



གནས་སྒྲོན་པེ་རིན་ཆེན་གྱི། ། གཟུགས་སུ་བཞེད་པའི་ཀུན་  
 བཟང་མཆོད་སྒྲིན་མཁའ་བྱུང་སྤྲུལ་བཅས་རྒྱལ་བར་  
 ལྟུང་། ། ཆོགས་སུ་ཡོངས་བསྐྱོས་བདེ་བའི་ཁི་པན་ཆོས་  
 དབྱིངས་ཁྱོན་ཀུན་བྱུང་དབྱིགས་པས། ། ལྷགས་པ་དང་  
 ལྟུང་མི་ལྷགས་ལྟུང་མིགས་སུ་ངན་གདུང་བས་ཉྱག་  
 གཟེར་བའི། ། སྒྱེ་བོ་འདི་དག་དགེ་བའི་བ་ཤེས་གྱི་གྲོགས་  
 བཟང་མཆོག་དང་མི་ལྟུང་ཞིང་། རྒྱུད་ཡོངས་དབྱ་བོས་  
 ལྷགས་མི་རྟོད་པ་འཆིང་བ་ཀུན་བྱུང་དཔལ་ཐོབ་ཤོག །  
 གྲོགས་མཆོག་དག་ཆོགས་འཆོ་བའི་སྒྲོག་ཁམས་རྗེ་རྗེ་  
 ལྷན་པའི་མཆོད་པོར་བསྐྱེགས། ། དོན་ཆེ་དལ་ཞིང་མཐུན་  
 རྒྱུན་ལྟེར་ལྷན་དོན་མཆོག་ཁི་ནའི་ལས་ལ་གཞོལ། །  
 གང་ཡང་གཉིས་པོས་མི་དམངས་སྒྱེ་རྒྱར་གཏན་བདེའི་  
 དྲིན་ལན་སྒྲོན་ལུས་པའི། ། ཕྱི་གཅིག་རེ་འདུན་སྒྲོན་པའི་



གནས་བཟང་ལྟ་མའི་གཅི་བོས་འགྲུབ་བྱེད་རྒྱུ་ལ། ། ཟླ་  
 ཡེ་ཆོས་དེ་ལ་ནང་ཆོས་དང་སྒྲིན་གྱི་འབྲེག་ལས་འགྲོ་སྤངས་  
 ལོ་རྒྱུས་འབྲི་འགོད་ལས་དོན་འཕར་ཚུགས་གྱིས་སྒྲིན་དེའི་  
 ཞག་ཕྱེད་གཉིས་ལས་དོན་དེར་འཇུག་དགོས་དང་། ཕྱན་  
 དེའི་ཚུལ་གྱི་དགོས་པའི་སྤྱོད་ལས་ལྷན་ཆོས་ལྷགས་དང་འབྲེག་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་འགོད་ཆོན་ཁག་གཉིས་དང་། ཆོས་  
 ལྷགས་ལ་རྒྱུ་མ། ས་ཀྱང་། དགོ་བོན་བཅས་ཆོགས་རྒྱུ་  
 ཁག་ལྷན་བགོས་པའི་རྒྱུས་མངའ་ཕྱན་བྱའི་དྲག་རེ་ནམས་  
 ཁྱདས་སེ་སེར་བགོས་པའི་འཆར་ཤུལ་མ་ཟད། སྒྲུབས་  
 དེར་ཐུགས་རྒྱུས་མེད་པའམ་ཡོད་ཀྱང་ཐུགས་དོགས་གྱིས་  
 ལས་འཆར་གང་ལྟར་འཇོ་ལོ་ན་གཅིག་ཀྱང་གང་ཅུ་མ་ཅི་  
 མཁྱེན་མེད་ཚུལ་བསྟན་འདུག་ཁར། འགྲུབ་ཞིག་གིས་ནང་  
 ཆོས་དཔེ་ཆ་ལྟ་སྒྲིག་འབྲི་ཅུ་མ་གཡར་འབྲེམས་ནམ་



དུགས་བྱོད་གྱི་གཞི་མ་ཡིན་ཚུལ་དེགས་པ་སྒྲོང་མཁན་  
 འདུག་གྱུང་། རང་ནས་ཏང་གིས་བཀའ་དེ་ལྟར་ཕེབས་པ་  
 ནི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དང་བོད་གྱི་རིག་གནས་ལ་  
 མཐོང་ཆེན་མཛོད་པའི་དགོངས་གཞི་བྱད་པར་ཅན་ལ་  
 བཏེན། རྒྱས་ཆོད་ལས་ཀས་ཞབས་འཁྱོར་ཕྱན་བྱ་བྱུང་ན་  
 སྐལ་བ་ཆེས་བཟང་ལས་ཕྱིར་རྒྱ་བྱེད་པའི་དུས་མིན་སྐྱམ་  
 ཁར། རྗེ་རྒྱུད་ནས་གྱུང་བྱོགས་གཅིག་བོད་བ་གསེར་  
 བསྐྲགས་དེ་བསྒྲོད་གྱི་བཀའ་ལྟར་སྒྲུང་ཅི་ལྟ་བུས་སེམས་  
 གྱི་བྱ་རྒྱུ་དགའ་སྒྲོའི་ཁྲོས་གར་བསྐྱར་བ་ལས་འདི་འདུག་  
 མེད་པར་གྱུར་ཏེ་དེགས་སྒྲོང་གི་གཏམ་མངོན་ཤེས་ལྟ་བུ་  
 དེར་མ་ལྟོས་པར་ལོ་རྒྱས་བརྟུ་གཞིའི་ཡིག་ཆ་རང་ཉིད་  
 སར་འགོས་ལའི་དེབ་ཐོར་སྒྲོན་པེ་དང་། ཐུའུ་བཀྲན་ཆོས་  
 གྱི་ཉི་མའི་ཆོས་འབྱུང་ཡོད་སྟབས། རྗེ་མའི་ཆོས་འབྱུང་



ཅུམ་མི་བླ་མ་པ་ལྟ་ཆོས་འཕེལ་དང་ཐུབ་བསྟན་སེགས་ལ་  
 ཐུའུ་བཀྱན་གྱི་རྟེན་མའི་ཆོས་འབྱུང་དང་། ཞབས་བྱུང་དང་  
 དག་བཤེས་འཆི་མེད་ཅན་ལ་ས་སྒྱུའི་སྒྲིབ་། རྗེ་འཕགས་  
 དེན་པེ་ཆེ་གཉིས་ལ་དེབ་སྒྲིན་གྱི་བཀའ་བརྒྱུད་སྒྲིབ་  
 གཟིགས་སྒྱུན་གནད་རྒྱུ་གཡར་བ་དང་འབྲེལ། དེ་དག་  
 གཞིར་བཟུང་ལུང་འདྲན་དང་སྒྲིས་བཤེས་ཆེ་བརྗོད་མང་  
 པོ་རིགས་བསྟུ་རྒྱུ་དང་། དེར་མ་གསལ་བ་དཔེ་ཆ་གཞན་  
 དང་དང་གིས་ཤེས་པ་བསྟོན་སྟངས། ཆོག་དོན་འབྲེལ་  
 བར་འབྲེལ་བཤེས་སེགས་རྗེ་ལྟར་བྱིས་པ་རྒྱུ་དྲུག་སྒྲིབ་  
 མན་གྱིས་ཀྱང་ཁ་སྒྲིབ་པ་བཞིན་བྱས་པས། རྗེས་སེར་ལོ་རྒྱུ་  
 ཐུའུ་དེན་མཆོག་གིས་ནང་ཆོས་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལྟེན་༥༠༠  
 ཅུམ་ཐུབ་འདུག་ཅེས་ཐུབ་འབྲས་ཁོངས་འཛོག་པའི་  
 བཀའ་བཟང་དང་། ཆོས་འབྱུང་ལོ་རྒྱུས་ཅུམ་འབྲི་དོན་ཆེན་



ཞིག་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་པ་བཅས། བྱིང་ཁོག་དཀར་ཆག་  
 ག་ལམ་གསལ་ལྟར་གྱི་གྲུབ་རྗེས་མི་ཉུང་བ་ཐོབ། འོན་ཀྱང་  
 དཔེ་ཆ་དེ་དག་གསལ་བ་རྗེས་ཐོན་སྐྱེད་བྱ་བར་ཕན་གཞོན་  
 ཡོད་མེད་གཅིག་མཚུངས་པ་དམ་པའི་ཞལ་གདམ་  
 གཡལ་ཡུལ་ལ་མ་བརྟགས་པར་གཡལ་བས་བྱོད་ཁུར་  
 ཉེའང་བྱུང་། དེའི་ཁོངས་སྐྱུལ་མཚན་གྱིས་བཀའ་གདམས་  
 ཉིང་མའི་སྒྲོར་ལེན་པོ་དང་། དེད་གྱིས་སྒྱུར་རྟོག་འདྲུག་  
 སྒྲོབ་སྒྲོན་ལས་སྒྲོར་རྩྱུ་མ་མི་དགོས་པེབས་ཀྱང་དངས་  
 བསྐྱོད་གྱིས། རང་ཆོས་གྲུབ་མཐའ་ཁག་གི་འབྱུང་ཁུངས་  
 ཉིན་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་སྐུས་གྱི་རྣམ་ཐར་  
 དང་། དགོ་ལྡན་པའི་སྒྲོར། གྲུབ་མཐའ་ལྡན་ཆོགས་རྒྱུག་གི་  
 ལོ་རྒྱུས་བཅས་རྟུང་ལེན་འབྲི་རྩྱུ་མ་ལ་ཞུགས། ཟླ་༤ཆོས་  
 ཡུལ་ཉིན་མའོ་རྩུ་ཇི་མཆོག་གི་གསུང་བ་ལྟར་དང་དགོན་



དཔེ་སྒྲེར་གོ་བསྟུར། ཆོས་༡༠ལྟ་ཕེབས་ནམ་པ་དུག་  
 གཙོས་བཞུགས་མེལ་གྱིས། ཆོས་༡༢ཉིན་ཐངས་བདུན་  
 དཔེ་བཞུགས་ཆོགས་ཐུ་གྲོན་ཡོན་མཆོག་གིས་འཐབ་  
 ཕྱོགས་གཅིག་འབྱུར་སྒྲེར་གཙོར་འདོན་ཉིན་འབྲེལ་གསུང་  
 བ་འད་བཟང་ཕོས་སྐབས་ཕྱིས་སྒྲེར་མེལ་ཡང་ཞུས། ཆོས་  
 ༡ནམ་རྒྱལ་པུ་གྲང་མཆོག་གི་ཆོས་ལྟ་བུ་ཁྱད་ཁྱད་གྲོས་  
 ཚོར་སྒྲེ་དམངས་ལ་བ་འད་ན་གསུང་དོན་དགོང་མེར་སྒྲེ་  
 ཞབས་འཁོག་ག་སྒྲིག་བསྒྲུལ་མར་འབྲེལ། ལྷག་ལྟ་ཆོས་  
 འབྱུང་གཟིགས་ན་གསུངས་པ་ཐུགས་ནང་དཀར་བའི་  
 མཆིད་གྲང་། ཁོ་བོ་རྒྱུད་དུས་ནས་ཙུལ་སྒྱུངས་ཕྱིབ་ལོག་  
 བྱས་དཔེ་འཇོང་མེད་ཆོས་འབྱུང་དེས་ཕོ་མ་རྒྱགས་ཕྱིན་  
 སང་བ་འད་རྒྱུ་དེ་རྣམ་གྱི་ངོ་མཚར་རྒྱ་མཚོའི་དཔེ་ཆས་  
 དན་ག་ལ་ཐོགས། ཕྱིར་ནངས་ནས་བཙུམས་ཉིན་གསུམ་



དགོང་མེར་སྒྲེ་ཐོག་ནས་ཆེས་ལྷུང་བ་ལྟར། ཆེས་པ་ཉིན་  
ཅུ་ཡིན་ཆོད་སེ་ཆོར་བཞུགས་ཡོངས་ནས་སྒྲེ་རྒྱ་ཆུ་ཆོད་  
གཅིག་སྒྲོར་བོད་ཡིག་ཅིག་སྒྲོར་ན་ཞེས་བཀའ་ཕེབས་གོ་  
བསྐྱར་ཡར་གཏམ་མར་སྒྲོར་ལག་ལ་མཐར་ཐེད་གྱིས་སྐུ་  
རྟོ་བྲིད་དགོས་ཟེར་བ་ཞིག་སར་བབས་སོང་བ། ཐོད་  
དཔེ་བྲིད་རྒྱ་ཞིག་ལ་སྐུ་རྟོགས་ལས་དཀའ་བ་དང་།  
སྐྱངས་ལྟས་མངོན་མི་བྱབ་པ་མེད་པ་སྒྲོར་བས་བྱབ་གྱི་  
ཡོད་རུང་། དམངས་ཡོངས་གྱི་རེ་ལྟོན་ཡིན་ཚུལ་ལ་ཕན་  
སེམས་མེ་སྟག་ཅོམ་སྒྲེས་ཁུལ་ཁར་རེ་བསྟོད་དྲི་ཡི་བཞེན་  
པས་བྱབ་རྒྱུ་ཡིད་གྱི་འགྱུར་བ་འདིང་བལ་ལྟར་གཡོས་ཏེ་  
སྒྲོབ་ཁས་སྐྱངས་སྒྲེ་བ་བཅུ་པའི་སྒྲོད་ཆོགས་ཆེན་གྱ་སྒྲིག་  
གིས་མ་བྲེལ་བར་ཕལ་ཆེར་ཞིག་ལྟར་ཆག་མེད་སྒྲིག་  
ལྟར་གྱིས། སྒྲིར་སྐུ་རྟོགས་འདི་ལག་བྲིད་ལས་



བ་འད་བྲིད་མི་གཙོ་བ་གཞུང་གསལ་བཞིན་ཡང་། སུམ་  
 ཉགས་འབྲིད་ཡུལ་པལ་ཆེས་ཅི་འདྲ་ཞིག་བ་འད་ལྟ་བ་  
 ལས། འདི་འདྲ་བྲིས་ཟེར་སྟོན་གྱི་ཡོང་དཀར་བཞེན་བ་འད་  
 པ་ཞིག་མ་བྱས་འབྲུ་མེད་ལ་ཞིབ་བ་འད་ཚུལ་ལྡན་དཀར་  
 ནའང་གཞུང་བ་འད་ཅི་ནུས་ཐོག་གོ་སླ་གཙོར་འདོན་མན་  
 ངག་ཉམས་སྟོང་གིས་བརྒྱན་པ། དཔེར་བཞིན་རྟེན་འབྲེལ་  
 པར་གང་གསལ་ལས་དག་ཆན་གྱིས་མང་པོར་འགོད་  
 སྟོལ་མཐོང་མ་སྟོང་ཡང་སློང་མན་ཉམས་གྱིས་ཉིགས་སླ་  
 འབྲི་བདེར་བསམ་སླར་བསྒྱུ་དང་། ལ་དོན་གྱི་སླ་བདུན་པོ་  
 དེ་དེ་ནས་ལ་དོན་གྱི་དོན་ལྡར་འདྲུག་ཚུལ་གྱིས་མཚོན་  
 དཔེར་བཞིན་འགོད་འོས་པལ་ཆེར་སྒྲ་གངས་བརྒྱད་ལས་  
 མི་དམའ་བ་རང་འག་ཏུ་སློབ་སློང་བར་གསེང་ནམ་བུ་  
 རང་སློང་ནན་ཏན་གོ་སློག་དང་འབྲེལ་ནག་པང་ཐོག་



བཞེད་དེ། དེ་ལ་དཔེ་བལྟས་སེ་སེས་དཔེར་བཟོད་འབྲི་  
 འབྲོད་དགོས་ལྟར་ནན་གསེལ་གྱིས་སྤྲུལ་ཅུ་པའི་དབྱ་  
 ནས་མཇུག་པར་སྒྲིབ་པ་ལྟར་རྟ་ཙམ་ཐེངས་གསུམ་དང་།  
 ཞིབ་བཤུད་དཔེར་བཟོད་དང་འབྲེལ་ལ་དོན་མ་ཇོར་བར་  
 གྲིད། དེའི་མིང་དཔེར་བཟོད་བཞེད་པ་སྟོབས་རྒྱལ་ནས་  
 ཐེང་༡༡༠བསྟན་འཛིན་རྒྱ་མཆོས་ཐེང་༡༡༡སྤྲུལ་པེ་  
 དབང་འདུས་ནས་ཐེང་༡༢༤དགོན་མཆོག་ཆེ་ཐར་ནས་  
 ༡༥༡མཇུག་རིན་པོ་ཆེས་༡༤༠སྒྲིབ་བདུད་འདུལ་ནས་  
 ༡༥༢མ་སྟོག་ནས་༡༥༣བསྟན་འཛིན་ཕུན་ཚོར་དང་མཐུ་  
 སྟོབས་གཉིས་གྱིས་༡༤༡དབང་ལོར་དང་དཔལ་ནམ་  
 གཉིས་ནས་ཐེང་༡༤༡དེ། དོན་རྒྱལ་རྒྱ་བྱ་ཞི་ནས་  
 ༡༥༡མཆོ་དགས་༡༡༢ སྟོ་བཟང་བསྟན་དར་ནས་  
 ༡༠༢བསྟོད་ནམས་ནས་༡༥༡དགོན་མཆོག་ནས་༤༢ཡུན་



མ་བཞུགས་པ་བསེད་སྟོབས་ནས་༡༡གསར་འབྱེད་ཆེས་  
 དར་དང་སྟོབས་ལྡན་གྲགས་པས་ཕྱང་བཞི་རེ་བཅས།  
 འགའ་ཞིག་སྐུ་ཉག་ཅུ་བ་ཉིད་བྲིས་པ་དང་། ཡིག་རྩོད་  
 རང་ཞལ་བ་ལུས་སོགས་ཅི་རིགས་ཀྱང་དག་པོ་བྱུང་མིན་  
 དཔྱད་གཞིར་བྱུང་ཙམ་བཞིན་དཔེར་བཟོད་བཙུམས་ཁོངས་  
 སྐུ་བཞག་དག་བཅས་དེ་སྟོན་ཐད། འཕགས་མཆོག་རིན་  
 པོ་ཆེས་རིགས་རམ་རྒྱུ་བཟུང་ཐོག་འདི་ནས་ཞིབ་བ་ལེར་  
 བཞུས་པ་རགས་ཅུས་བསྟན་འཛིན་གྱི་མཆོར་ ༡༤༤མཐུ་  
 སྟོབས་༡༡༧བསྟན་འཛིན་ཡུན་ཆོགས་༡༡༥ཨ་ལྷ་ལྷོག་  
 ༡༠༥དབང་ནོར༡༤༥པད་འདུལ་༡༥༦ཆོ་  
 དགའ་༡༧༥དཀོན་མཆོག་ཆོ་ཐར་༡༧༧སྟོ་བཟང་བསྟན་  
 ༡༧༠སྟོབས་རྒྱས་༡༥༧བསེད་ནམས་༡༠༥དཀོན་  
 མཆོག་༤༥ཕྱུ་ཁུ་ཞི་དོན་རྒྱལ་༤༥དཔལ་ནམ་༥༥སྐས་



ཕོ་དབང་འདུས་༩༧བསོད་སྟོབས་༥༧༥རྩུ་རིན་པོ་  
 ཆེར་༥༥གསར་འབྱེད་སྟོབས་ལྡན་གྲགས་པར་༥༤ཆོས་  
 དར་ལ་༡༤བཅས། གཞུང་གི་གོ་དོན་དང་། དག་བཅོས་  
 ཞུས་རིགས་། ཐུགས་འཛིན་བྱས་ཆེ་པན་འབྲས་མི་ཉུང་བ་  
 བྱང་༥༡ག འོན་ཀྱང་སྟོབ་ཆན་ནས་སྟོབ་ཕྱག་༥༡ཤེས་དམན་  
 ལ་སྟོས་པའི་བསྐྱར་བྲིད་ཡང་ཡང་མ་བྱས་པ། ཤེས་  
 ཉོགས་བྱང་མིན་དེ་ཅམ་མ་བལྟས་པ། གོ་སྒྲ་བཟུང་བདེ་  
 བ་༡༥མ་༥༡ཤེས་༥༡དག་བཅོས་བྱ་རྒྱ་འཛོམས་ལྷས།  
 ཡོ་བསྐྱང་ནན་ཏན་དུས་ཐོག་ཐུབ་མིན་སོགས་དང་། སྟོབ་  
 ཕྱག་འགའ་ཞིག་ནས་བྱང་དཔེ་བྲིད་བྱ་སར་ཡིད་མི་  
 གཏོད་པ། དཔེར་བརྗོད་མང་པོ་འགོད་འཛོར་དང་། རྩུ་  
 ཟང་བའོད་པ་ནམས་བྱང་འབྲེལ་མེད་གང་བྱང་བྲིས་པ།  
 རོར་བཅོས་ལ་གལ་ཆེན་དུ་མི་འཛིན་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིན་



ཡང་བྱུང་། དེའི་རིང་ཆབ་སྲིད་སློབ་སྦྱོང་ཡུལ་འབྲེག་དོན་  
 ཚན་ང་དུག་སྒྲིལ་སོགས་འཆར་ཅན་ཐོག་ཟླ་༥ཆེས་  
 ༡༥ཆེས་འབྱུང་འབྲེལ་ཕྱི་ལོ་ཟླ་བཅུ་དགུ་ལ་མཚན་དང་དེད་  
 ནས་དགོངས་མེ་གསུམ་དུ་བསྒྲགས། ཟླ་༧ཆེས་  
 ༡༠བཞུགས་ཆོགས་ཐོག་མའི་ཏུ་ཇི་མཆོག་ནས་བདུད་ཅི་  
 ལྟ་བུའི་གསུང་བ་ལྟ་བུ་ཐོག་ཏེན་འབྱུང་གཏམ་སྒྲིལ་དང་  
 ཕྱིར་ནང་ཐང་ཆེན་སྡེ་ལྟ་བུ་ཁབ་དབུ་བརྟེས་དུས་དྲན་  
 ཆོགས་ཆེན་སྒྲིལ་སེམས་ཁོལ་བ་གནང་། ཟླ་༡༠པའི་སྤྱི་  
 ནས་སུམ་ཏུགས་ཁྲིད་ཏུ་དང་ལས་དོན་གཞན་བཤེལ་  
 གྱིས་གང་ཅིའི་མཇུག་བསྒྲུལ་དང་། ལྷུང་འཇམ་ཆར་བེམ་  
 སྒྲིལ་གྱིས་ལོ་རྒྱུས་གནས་ཚུལ། ཆོགས་ཆེན་གྲ་སྒྲིག་  
 འཕགས་མཆོག་གིས་ཞིང་འབྲེག་དོན་ཚན་ཉིད་དུག་དང་  
 སུམ་ཅུ། གྲ་ལྟའི་ཆོགས་ཐངས་ལྟ་བུའི་སྒྲུབས་གྱི་གྲང་ཅིན་



ཡུའི་གསུངས་བཤད་སེགས་པར་བརྟེན་ཞུ་དག་མཁན་  
 བྱས། ཟླ་༡༡ཆེས་༡༥ནས་ཆོགས་ཆེན་དབུ་ཚུགས་ཕྱི་ཟླ་  
 ཆེས་༡༤ལ་གྲོལ། གོང་གསལ་ཡིག་རིགས་ཁག་  
 སེགས་གྲོས་བསྐྱར་སློབ་སྦྱོང་དང་གཙོ་འཛིན་ནམ་པའི་  
 གསུང་བཤད་གནང་བ་ཡིད་གྱི་བདུད་ཅིར་སློན། སྤྱི་ཉིན་  
 རྗེ་དུང་རིན་པོ་ཆེ་ཐེབས་ཤིང་། བར་ལམ་ལས་དོན་དུས་  
 ཆོད་ཉུང་བསྐྱས་སྐྱར་སྐྱལ་འདིད་གྱིས་འཕགས་མཆོག་  
 རྒྱལ་མཆོན། དག་དབང་དར་རྒྱས། ཆོ་དགའ་ནམ་པ་བཞི་  
 ནས། ཆོས་འབྱུང་ཟེན་བཤུས་དང་། འཕྲིག་ལས་སྒྲིབ་གྱི་  
 ལོ་རྒྱས་ལུ་མཐུད་འབྲི་འགོད་དང་། དེད་ནས་བྱང་བཅོས་  
 སྒྲིག་ཁ་སློང་ཅི་རིགས་གྱིས་ཡང་སློང་ལས་དོན་ལ་སློང་  
 གཡེངས་མ་སོང་ཅོམ་ཡིན་ཁུལ་ཞུས། སློན་དུ་མར་ཐང་  
 བྱིས་མཆོས་བྲག་གཡལ་པ་ཆོ་རྒྱལ་ལ་དེད་སར་སློང་མི་



གྲོགས་མེ་ཞིག་འཛོལ་རྟོགས་བྱས་པ་ལྟར་ཁོ་མོ་ཉེ་ནང་  
 དགྲིལ་དམ་ཟླ་གཉེན་ཚང་ཆོས་གཉིས་ཟེར་བ་ཞིག་ལ་  
 ལབ་སྟེ་སྟེལ་འདྲག་པར་དེས། ན་ཆས་ཡིན་པ་ཁོ་ནར་མ་  
 ཉེས་ཀྱང་ནམ་འགྱུར་ཇི་ལྟར་མཐོང་དགོས་ཟེར་ཚུལ་སྟེན་  
 བྱིས་ཀྱི་གཞུང་སྒྲུབ་ཆེ་ཚུལ་བྱ་མེད་པ་ལྟར་ཉེ་ནང་ཞིབ་བལྟས་  
 གཏམ་སྒྲིང་ཅི་རྟོགས་བྱས་ཇེས་རེད་མེད་དགྲིལ་དམ་  
 ཕྱགས་ཞིང་སོན་གཞུང་འབབ་ཞིབ་རྟོག་བྱེད་མི་འབྱེད་ཉེད།  
 ཁོ་མོ་ཞིང་སྒྲུབ་བསྐྱར་ཏེ་བྱིས་ནས་འབྲལ་ཐབས་བྱ་རྒྱ་  
 དང་། གཞན་སར་བྱིས་འཛོན་ཞིག་ཀྱང་ཁ་གཏམ་ཡོད་  
 བྱུང་འཕྲལ་ཐག་ཆོད་པ་དགོས་ཚུལ་མར་ཐང་དུ་བསྐྱབས་  
 ཏེ་ནང་ཁུལ་ཐག་ཆོད་སོང་བ། ཁོང་ཉིད་བྱིས་སྐྱེ་ཅོད་དམ་  
 ཇི་ལྟར་དེ་འདྲ་ཞིག་བཞེན་འགབ་ཆེ་ཚུལ་ཡང་ཡང་  
 གསུངས་ཀྱི་ཡོད་པའི་འཕྲོལ་བཞེན། སྒོ་མཐུན་ཞིག་བརྒྱད་



ཕྱི་འཇུག་ས་ལ་ཞུས་པར་ཅུང་ཟད་འགོར་བ། རང་ངོས་  
 ནས་ངོ་ཚོའི་དབང་ཞབས་བསྐྱལ་ཞུ་བྱུ་ནར་ལུས། རིང་  
 མིན་དགུང་སར་བྲེལ་གཡེངས། བྱི་ཟླའི་ཆོས་ལངག་  
 ཆོགས་བྲིམ་ནང་ཡུལ་པ་ལོ་སར་ལ་བསྐྱོད་པ་བཀའ་  
 བཟང་ཁྲོལ་མཆོམས་གོང་གསལ་དེ་བཞིན་སྒྲུག་ཆོད་མ་  
 བྱུང་བྱིར་ལྡོག་རིང་མིན་བག་མར་བསྐྱོད་དེ་ཐེངས་འདིའི་  
 བྱ་བྱེད་དེ་འབྲས་སྟོང་པར་བྱུང། སེ་ཐར་བསྐྱབ་པའི་སྡེ་མ་  
 ཁྲིམས་ཉམས་ཏེ་བསྐྱུངས་ཡང་པན་འབྲས་སེམ་ཉིའི་  
 སྐབས་རྒྱབ་བཙུམ་སྒྲུག་སྒྲུར་བྱིས་སྟོང་དགོས་བྱིན་ཅི་ལོག་  
 འདིའང་བྱུང་མཆར་ཆེན་པོར་སྐྱམ་རང་སྐྱོན་དུ་བཞེད།  
 ཆོས་༡༧ཉིན་གྲང་རུ་བྱུང་མཆོག་གིས་གསུང་བ་འདྲ་  
 བཀའ་སློབ་དང་། ཆོས་༢༡ཁྲིམ་མི་བཅས་པར་བཞུགས་  
 ཆོགས་གསུང་གླེང་དུས་སྟོན་དགའ་སྟོ་གནད།



སྒྱི་ལོ་༡༥༤༢༡གསར་ཆོས་ཞེག་པར་གཙོ་འཛིན་  
 ནམས་སྤྱ་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་མཇལ་དར་ལ་བཅར་བར་  
 དཀར་སྒྲོ་གསུང་བ་ཤད་བྲོ་གར་ཅེད་སྒྲིའི་དགའ་སྟོན་གྱི་  
 ཆེན་ཉམས་སྤྱ་སྟོང་། དེང་མིན་གྲུང་ཉིན་ས་མཆོམས་ཅེད་  
 སྟོང་དོན་གནད་སྒྲོར་གྱི་བསམ་འཆར་གོ་བསྐྱར་དེས་ཆོས་  
 ༡༥༥༨་ཕུའུ་གྲང་མཆོག་གིས་གསུང་བ་ཤད་ཡིད་ཆོམ་  
 གནད་བར་ཉན། དེད་གྱིས་སྟོང་བཅོན་ནས་བཟུང་མེས་  
 རྒྱལ་ཁོངས་གྱི་བོད་སའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱས་བ་ཤད་རྒྱས་སྟོང་  
 དང་། སྟོན་གྱི་ཆོ་རྒྱ་བོ་གང་གྲ་རྩོན་དབང་དུ་བསྐྱར་  
 ལྷགས། མཆོ་སྤྱ་ཁུལ་ཉ་དབང་དགོན་རྒྱལ་མཆོག་ལྷ་པའི་  
 དུས་གསར་རྒྱགས་དང་འབྲེལ་རྗེད་གི་ཡོང་འབབ་ནས་  
 དགོན་པར་བསྟེན་བཀུར་གཏོང་དམིགས་གནད་ལྷགས་  
 ལྷ་པའི་ནམ་ཐར་དང་། སྟེ་སྟེད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོའི་



དགའ་ལྡན་ཆེས་ལྷུང་བཅས་ལས་ཉིན་མང་མང་ལ་སྒྲིག་  
 གིས་བཅུ་མས་པའི་འཕྲིན་ལེ་ཞིག་གྱུང་ཡུལ། ཟླ་འཆོས་  
 འཁྱིམ་མེད་བཅས་ལ་བརྟེན་གནང་བཞུགས་ཆོགས་  
 ཐུགས་སྒྲོ་དང་། ཕྱི་ཉིན་ཐང་ཆེན་སྟོང་ཆོགས་ཆེན་གསུང་  
 བ་འདད་ནོར་བུའི་ཅོད་པན་རིགས་སྐལ་བཟང་དུ་ཐོབ་བོ།  
 ཆེས་ལྡ་བོད་ཆུ་སྟག་གནམ་ལོ་གསར་བཞད་དགུང་  
 སངས་དང་འབྲེལ་རིང་མིན་བཅོན་རྒྱལ་རིང་ལུགས་པ་  
 དང་ལོག་སྒྲོད་འཕྲིན་ཁ་མཐའ་དག་འཕྲིན་བུའི་སྟག་ཞེ་  
 གཅིག་ཡིན་ལུགས་དང་། མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་  
 གྲལ་གནས་སྒྲོར་ལ་ལྟ་སྟངས་གོ་བསྟུར་སྒྲོབ་སྒྲོད་དང་།  
 སྒྲིན་གསན་ཨུའི་ལ་ཆེས་ལུགས་ལོ་རྒྱུས་བྲིས་རིགས་ཞུ་  
 དག་ལ་བཅོམ། འོན་ཀྱང་མ་དཔེ་ལྟར་འབྲི་མི་ཐུབ་མཁན་  
 མང་བས་དག་བཅོས་གྱི་པན་འབྲས་ལྷུང་དགའ་སྒྲོས་མ་



དགོས། ཟླ་མཆོས་༡༥ནང་རུལ་ཁོ་བོ་ཅག་སེར་གཟུགས་  
 ལུ་བསྐྱར་བའི་གྲ་ཆས་བཅས་དགོན་ཁག་གི་འབྲས་མེའི་  
 ཆོགས་འདུར་ཞུགས་འཁོར་སྤྱོད་ཇུས་དང་མཐུན་ངེས་ཡིན་  
 རྒྱུ་མས་གཏམ་གྱིང་ཅི་རིགས་བབྱིས། དམ་པ་སངས་རྒྱུ་  
 གྱི་ཞལ་གདམས་བར་སྒོར་གཡར་རྒྱུ་འདྲ་འདི་སྒོར་ཅམ་  
 ནས་ཡིན། ཟླ་སྤང་དང་ཟླ་བ་བཞི་པའི་ནང་བཅས་པར་  
 གསར་འབྱུར་གནད་ཆེའི་རིགས་མངལ་སྒྲོག་སྒྲོབ་སྒྱུང་  
 གཙོར་འདོན་ཐོག་ལས་དོན་གྱི་དུས་ཚོད་ནམ་ལའེལ་སྤར་  
 བཅུ་མས་ཁ་སྒོན་ལེགས་སྒྲིག་ཞུ་དག་སོགས་གྱིས་བཀའ་  
 གདམས་སྤྱོད་མའི་སྒོར་རྒྱལ་མཚན་ནས་རང་རྒྱུ་ཚུགས་  
 པ་དངོས་གཙང་པར་བསྐྱུན་མེར་བ་བྱིས་སྤང་དང་། དགོ་  
 ལུན་སྒོར་སྒོ་ཐམས་ཅད་ནས་ཆ་ཚང་བ་སྤུས་གྱུང་དཀའ་  
 རུང་ལོ་རྒྱུ་སྒྱི་ཁོག་དང་། དབྲས་གཙང་ཁམས་གསུམ་



ཅས་མདོ་སེག་ཡུལ་ཚུན་དག་དགོན་བདུན་བརྒྱ་བཟལ་བ་  
 ནམས་ཀྱི་ཆགས་འདེབས་པ་པེ་སྒྲེ་སྒྲིང་སངས་རྒྱས་རྒྱ་  
 མཚོའི་བེ་སེར་ནས་བརྟུས་པ་བཅས་ལས། བྱི་མའི་མ་ཡིག་  
 ཟེན་བྲིས་ལག་བསྟར་ཟེན་ཡང་རྒྱས་ཉམས་ཆེ་ཚུལ་བཟོད་  
 མི་བྱང་བས་བྱིར་འཐེན་དེ་བྱིངས་ཆོག་ཉུང་དོན་འདྲིལ་ཡིན་  
 བྱུལ་ཁར། སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་སྤྱིའི་འབྱུང་  
 བྱངས་སྟོན་པ་ཡང་དག་པར་ཐོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སྟོན་བྱང་སྒྲིམ་རབས་ལས་མའི་འགྲོ་བར་ཕན་པ་སྐྱབ་  
 ལུགས་གཅིས་བརྟུས་དང་། མཛོད་པ་ནམ་ཐར། སྒྱ་ཆེ་བའི་  
 ཡོན་ཏན་བཅས། དང་ཐོག་སྤྱི་ཁྱིམ་ཐོག་བྲི་བྲིངས་གཉིས་  
 གསུམ་དང་དེ་ནས་འཕྱོག་ཐོག་མ་བྱི་ལག་བསྟར། མ་དཔེ་  
 གཅིག་ནི་རང་བཅུ་མས་རྩ་མེད་འཐོར་གྱུར་ཡོང་ཉེན་རང་  
 རྩ་མེད་མི་རྟུང་དུ་སོང་བ་དང་། མཁྱོགས་བྲིས་རྒྱས་མེད་



རྣམ་སྒྲེག་འདོན་དགའ་བ་ཞིག་ལས་མ་ཐོན་སྐབས་གཙང་  
 བྱིས་འདྲ་རེ་གཞན་རྣམ་བྱས་པ་མང་ནའང་། ལྡ་ཆ་སྒྲོར་  
 སྒྲར་ཡང་རང་གིས་གཙང་བྱིས་སོགས་ལས་དོན་སྐབས་  
 ལྟ་ཅི། བྱངས་ངལ་རྩོལ་ལ་ཕེབས་སྐབས་དང་། རིག་པ་  
 དྲངས་སྐབས་སྒྲ་དགོང་མལ་བསོ་གསེང་བར་ནམ་བྱུང་ལ་  
 རྩར་བཙོན་ཞེ་བསྐྱེད་གྱི་བཙུམས་པ། སྒྲར་འབྲི་བ་ལྟ་བུར་  
 ཕྱིས་བྱིས་ལྟར་དག་པོ་བྱིས་བྱིན་པར་བསྐྱེད་ཕེར་ངེས་  
 ཡོད་སྟེམས་དང་། རྩོང་མའི་སྒྲོར་དང་ཐོག་ཐུབ་བསྐྱེད་དང་  
 བསྐྱེད་འཛིན་གྱི་མཆོ་གཉིས་རྣམ་ཐུབ་ཀྱན་ཆོས་འབྱུང་ལེབ་  
 བ་ལུས་བགྱིས་པར་བྱུང་ཟད་བསྐྱེས་ཐོག་གྱུ་ལ་མཆོན་རྣམ་  
 མཉམ་མེད་ཇི་བོ་ཆེན་པོའི་ནམ་ཐར་བཀའ་གདམས་པ་  
 ཆོས་ལས་དྲངས་པའི་ཆོགས་བཅད་གྱིས་འབྲུས་པ་གནང་  
 བ་ཆོག་ཀྱང་དོན་ཚད་བྱུང་འདྲག་པ་ལྟར། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་



དེ་པདྨའི་ནམ་ཐར་གསེལ་འདེབས་ལེའུ་བདུན་མའི་ལུང་  
 འདྲིན་བཅས་གྱིས་རྒྱས་བསྐྱུས་འཆོམས་པེ་ཡིན་ཁྲལ་མ་ཕྱི་  
 དག་བཅོས་གྲང་ཟེན་པར། སྒོ་མཐུན་རེ་ཟུང་གིས་ལེའུ་  
 བདུན་པ་ནས་བཤུས་པ་ཞིས་ཁ་མཆར་བྱེད་པ་མ་ཟད།  
 གྲུབ་འབྲས་གཞན་དང་བསྐྱར་ན་ཆོག་ཆོགས་ཉུང་བར་ཉིན་  
 རྒྱུ་འཕགས་མཆོག་གཉིས་གྱིས་བཀའ་ཐང་ཆེ་ཆུང་གི་དཔེ་  
 ཆ་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་བཅུལ་ཏེ་དེ་དག་དང་དེབ་སྒྲིན་  
 བཅས་ནས་འོས་འཆོམས་ཤིག་བསྐྱུན་པ་གནང་། འོན་  
 གྲང་གཟིགས་ཞིབ་མ་ཁྲིམ་པས་གང་དུ་ཅི་སྒྱུར་འདྲིས་  
 རྟོག་སྟོན་སྒྲུང་འཛིང་བའི་དོག་པ་ལྟར་གྱུར་འདུག་པ་  
 ལེགས་སྒྲིག་ཞུ་དག་རགས་རིམ་ཞུས། ས་སྒྱུའི་སྒྲོར་ཡང་  
 ཆ་སྒྲིན་དང་བསྐྱུན་ཐུའུ་བཀའ་ཆོས་འབྱུང་གཞིར་བཞག་  
 ཐུན་བུ་འབྱེན་འདུག་གིས་འབྲས་པ་བྱ་ཅིས་གྲང་དགེ་



བཀའ་དང་བསྐྱུར་ན་ཆེས་ཉུང་བས་བསྟོན་པ་ཅུང་ཟད་  
 དགོས་སྒྱུར། དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་གཞན་ཅུང་ཟད་འབྱེད་  
 མིན་བསྟན་འགྱུར་དཀར་ཆག་ནས་བརྟུས་ན་ཞེས་པའི་སྒྲོ་  
 བཏོན་ཆོག་མཚམས་ཆེད་འཆོལ་མཛུབ་བྲིད་བྱས་གྱིན་ཆོ་  
 དགའ་ནས་འོས་མཚམས་འཁོག་བསྟན་ཅིང་རང་འཁོས་  
 བསམ་འཆར་འགའ་ཞིག་གྱུང་བྱིས་འདུག་པར་དོགས་པ་  
 མེད་པར་དག་བཅོས་རགས་རིམ་ཞུས་པ་དང་། བཀའ་  
 བརྒྱད་སྟོར་ཇི་འཕགས་ནམ་གཉིས་ནས་ངེད་ལ་འདྲ་ཉག་  
 ཏུ་བཀའ་འདྲི་དང་འབྲེལ་འགོས་ལའི་དེབ་ཐེར་སྟོན་པ་  
 གཞིར་བཞག ལྟག་ལུང་ཆོས་འབྱུང་ནས་གྱུང་ཁ་བསྐྱངས་  
 གང་ལེགས་འཁོག་བསྟོགས་གནང་གྱུ་འདུག་པར་ཡང་  
 སྐབས་འགར་འབྱིན་འདུག་བྱ་འོས། ལོ་ཁམས་འཆོལ་བ་  
 ཚན་གྱིས་ལེགས་སྟོག་ཞུ་དག་རགས་རིམ་ཏེ་ལམ་པར་



བསྐྱུན་མེར་བ་དང་། འཁངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་སེགས་གྲུབ་  
 མཐའ་ཕྱན་ཆོགས་དྲུག་གི་སྒྲོར་ཆ་ཆོང་གང་ག་ལ་ཡང་།  
 དགས་བསྐྱུས་ཉུང་གསལ་འབྲི་བ་ལྟ་བུར་ཕྱིས་དག་ཕེར་  
 བྲིས་བྱེན་པར་བསྐྱུན་མེར་བ་ཡོད་སྟེ། བོན་པའི་སྒྲོར་གར་  
 དབང་གིས་འབྲི་གནང་དོན་ཆོང་གནད་འདུས་འཕྱི་ག་ཡིན་  
 འཆར་རུང་མིང་ཆོག་དག་མིན་ཕྱན་བྱ་ཡོད་བཟོར། ད་ལྟ་  
 འགའ་ཞིག་མིང་ཆོག་གི་བརྒྱ་དག་དོན་དང་འབྲེལ་མེད་དུ་  
 བལྟ་ཆོག་ཡོད་འདྲ་ཞིག་ཐུགས་སྒྲུང་འཆར་གྱི་འདུག་པ་  
 དེ་འདྲའི་མཁས་པ་རྗེས་སུ་ཡི་རང་གི་གནས། དེད་ནི་  
 བརྗོད་བྱའི་དོན་སྦྱི་ཡོད་ཡུལ་དུ་མ་འགར་བར་རྗོད་བྱེད་གྱི་  
 ཆོག་གང་ལ་ཇི་ལྟར་སྦྱར་འདུག་མི་འཕྲིམ་འདུག་པས་  
 དག་བཙུམ་ཇི་ལྟར་བྱ་བྱུང་དེའི་བྱིར་བོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྒྲོར་  
 ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་བསྐྱབ་མ་བྱོང་སྟབས་ཞུ་དག་མ་བདེ་བ་



བཅས་མདོར་ན་འདི་པན་ཆོས་ལྷགས་ལེ་རྒྱས་ཕྱི་ལོ་འབྲི་ཇི་  
 ལྷན་གྲུབ་པའི་དཀར་ཆག་འཁོག་དྲིལ་ག་པར་སངས་རྒྱས་  
 ཆོས་ལྷགས་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སྟོན་པ་བྲུགས་ཇི་ཅན་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་འཁྱུག་གྲུབ་པའི་ནུམ་ཐར་སྟོང་ཆ་ལྡེབ་༡༥ ཁ་  
 པར་གོང་གསལ་ལ་བར་གྱི་ཆར་ལྡེབ་༥༠ ག་པར་གོང་  
 འཕྲོས་དང་བསྟན་པའི་ཙུ་བ་ཆོས་འདུལ་བྱང་ཚུལ་ལྡེབ་  
 ༡༡ བཅས་བྱོན་བསྟོམས་ལྡེབ་༥༤ ང་པར་སྐུ་འགྱུར་རྟོང་  
 མའི་ལེ་རྒྱས་སྟོང་ཆ་ལྡེབ་༥༡ ཅ་པར་དེའི་སྦྱང་ཆ་ལྡེབ་  
 ༥༩ བསྟོམས་ལྡེབ་༤༥ ཆ་པར་བཀའ་གདམས་རྟོང་མའི་  
 སྒྲོར་ལྡེབ་༡༤ ཇ་པར་དགེ་ལྷགས་པའི་སྟོང་ཆ་ལྡེབ་༡༥ ཉ་  
 པར་གོང་འཕྲོས་སྦྱང་ཆ་ལྡེབ་༡༡ ཉ་པར་དེའི་ཁོངས་  
 བྲག་གཡལ་ནི་མིན་ཅན་སྐུ་ཕྱེད་རིམ་པའི་ལེ་རྒྱས་ལྡེབ་  
 ༡༥ བཅས་བཀའ་གདམས་གསལ་རྟོང་སྒྲོར་བསྟོམས་



ལྷེབ་༤༤ ཐ་པར་ས་སྐྱ་སྒྲོར་ལྷེབ་༤༥ ད་པར་བཀའ་  
 བརྒྱད་མར་མི་དྲགས་གསལ་དང་ཆེ་བཞི་གཙོར་གྱུར་ལོ་  
 རྒྱས་ལྷེབ་༥༥ ན་པར་པག་གུ་བཀའ་བརྒྱད་སྒྲོར་ལྷེབ་  
 ༥༧ པ་པར་ཆོལ་པ་བཀའ་བརྒྱད་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར་ལྷེབ་པ་  
 པར་སྐྱ་ལྷུང་བཀའ་བརྒྱད་སྒྲོར་༥༠ བཅས་བཀའ་བརྒྱད་  
 པའི་ལོ་རྒྱས་ཁྱོན་བསྡེམས་ལྷེབ་༡༠༤ བ་པར་༥༡ངས་པ་  
 བཀའ་བརྒྱད། ཞི་བྱེད་པ་གཙོག་དམ་པ་སངས་རྒྱས་དང་  
 ཞར་བྱུང་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོར་ཡུལ། ཇོ་ནང་པ་གྲུབ་  
 ཐོབ་ཨོ་རྒྱན་པའི་དེ་ཇི་གསལ་ཀྱི་བསྟན་སྐྱབ་ལུགས། ལུ་  
 སྟོན་ནམ་ཞུ་ལུ་ལུགས། བོ་དོང་བཅས་ཁག་དྲག་གི་ལོ་  
 རྒྱས་མཆོན་ཅམ་ལ་ལྷེབ་༥༥བཅས་བསྡེམས་ལྷེབ་སྒྲོར་གྱི་  
 འོག་དྲིལ་བཙོ་ལུ་རས་སེར་སྒྲིལ་ལྷན་ཇི་དྲུང་སྐྱ་གྱོན་ཡོན་  
 མདུན་ཡུལ་བ་ཕྱོམ་སྒྲིག་པའི་འཕེས་ཡོན་དམན་ཅིང་།



དཔུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ་མང་པོ་མ་འབྱོར་བས་འགལ་སྒྲེས་  
 འབྲེལ་མེད་དང་མ་ཚང་བའི་སྒྲིན་ཆ་ཇི་སྟེད་ཁར། ལྷག་ཏུ་  
 བར་དག་འཁོས་པས་བྲིས་པ་ཡུད། བྱངས་ནས་མ་དཔེའི་  
 ཡིག་གཟུགས་ལྟར་མི་འབྲི་བ་དང་། ཡིག་གཟུགས་ལ་མི་  
 བལྟ་བར་འབྲི་དམེད་ཐ་དད་བྱས་པས་པར་མ་ལ་དཔེ་  
 བྱས་བྲིས་པས་གྲང་མ་དག་ན། བྲིས་མ་བཅོས་མཆན་མང་  
 པོ་ཅན་ལ་ལྷ་སྟོན་གིས་བྲིས་པ་ལྷ་ཅི་སྟོས་པས་དག་  
 བཅོས་དང་གཙང་བ་ཤུས་གྱི་མཐའ་མི་མངོན་པ་ལྷ་བྱས་  
 ལྟེན་དག་མེད་པ། འབྲི་གཞིའི་འཁོག་ཚད་ཚུན་སྟོམས་མིན་  
 སྒྲིན་མང་ལྷག་མེད། ཏང་གི་དབུ་བྲིད་དང་། སྟོ་མཐུན་ཆོའི་  
 ཕན་ཚུན་རོགས་ལ་བརྟེན་ཅུ་མ་འབྲིའི་ལས་དོན་ལ་གྲུབ་  
 འབྲས་མི་ཉུང་བ་ཐོབ་པོ། མར་ར་བའི་པོན་པོར་ཅུན་པ་སྒྲིན་  
 གྱི་སྒྲང་པོ་སྒྲལ་བའི་དབུགས། ། ཕྱགས་གུན་སྟོ་བའི་བྱག་



བ་གཙང་མ་པ་སངས་སྒྲོབ་མ་གཟིང་བའི་སྒྲན། ། མ་ལ་  
 ཡ་ཡི་ནགས་ལ་བདར་བའི་རྩལ་གྱི་འཁོར་རྩར་དབྱུས་  
 འབྲན་ཆོ། ། བྱེ་མ་ལེབ་ནམས་ཕྱག་པ་དོག་པའི་འཕྲང་ལ་  
 ཉལ་འདི་ཅི་ཞིག་སྒྲམ། ། ཉིན་མེད་བྱེད་པར་འབྱ་བའི་མིག་  
 ལྡོག་ནང་གི་སྒྲན་པར་དཔའ་བའི་བེལ། ། བྱེགས་རྒྱན་  
 འཁོས་བྱའི་མངོས་པ་ལས་བརྒྱས་ཐིག་ལེ་མཆོག་མའི་  
 མིག་རྩར་གྱིས། ། བསྐྱགས་འོས་མགོན་རྒྱན་དགའ་ཚེལ་  
 གཅིག་རྒྱ་ལག་མེད་སྒྲེལ་བའི་སྒྲོས་གར་ལ། ། གྱུར་གྱུམ་  
 ཆབ་གྱིས་ལན་བརྒྱར་བགོས་པའི་གསེར་གྱི་རི་བོ་ཡོན་  
 བེར་གཙ། ། དབྱངས་ཅན་དབྱེས་པའི་རྒྱད་མངས་ལས་  
 བརྒྱས་ལྷ་ཡི་སྒྲིང་བྱའི་སྒྲོས་གར་མཁན། ། ལྷངས་ཆ་དོག་  
 བའི་ཡོལ་བའི་ཕག་ནས་རྒྱ་རྩའི་མགོན་དབྱངས་འབྱུར་བ་  
 ཅན། ། ལེགས་ལྡན་དབྱེད་གྱི་ཕོ་ཉ་དེ་དག་བདུད་ཅིར་གོམ་



ལྟབས་སྒྱུར་མཁས་པ། ། མར་སར་གྱིས་དག་རྒྱུ་ང་  
 བསྐྱབས་པའི་རེ་མངར་ལྡན་ལ་སྒྲན་ཀ་མེད། ། དེ་གོང་ཟླ་  
 ༤ཆེས་༡༥ཉིན་ནང་ས་ནས་ཇི་རྒྱུ་རྒྱ་གྲོན་ཡོན་དང་  
 མཁན་པོ་བཀྲ་རབ་གཉིས་ཕེབས་འབྱོར་ཡིག་རིགས་གོང་  
 གསལ་དཀར་ཆག་བཅས་ཤུལ་ནས་རིང་མིན་ལོ་རྒྱས་  
 བཙུམས་འབྲི་ནོར་བྱ་ལྟར་འགངས་ཆེ་ཡིན་ཚུལ་དང་  
 འབྲེལ་སྒྱུར་ཡང་ཞིང་ལས་དང་། རིག་གནས་བྱུང་ཁུངས།  
 རྒྱལ་རབས། སྤྱི་ཚོགས་ལོ་རྒྱས། སྒྱུར་གཏམ་ཚུན་ཕྱི་མ་འབྲི་  
 དགོས་པར། དེད་རིག་གནས་སོགས་ཕྱི་མ་མིའི་ཚོགས་  
 རྒྱུར་གཉིས་པ་ནང་ཕྱི་ལྷན་གྲང་དགོས་ཕེབས་ལྟར་སྒྱུར་  
 བཞིན་ལས་དོན་དུས་ཚོད་ནམ་ཁེལ་རྒྱུར་བཙུན་ཞུས། བར་  
 སྐབས་འགྲིག་ཏུ་ཇི་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་སྒྱུར་མར་  
 བལྟ་སྒྲོག་ཕྱི་མ་འབྲིའི་དབྱུང་གཞི་དང་རིག་ཇུས་བསྐྱུ་



གསེག་ལ་ཡན་པ་བཅས་གང་ཅིའི་སྤྲད་ཆེས་ལྷགས་དང་  
 ལེ་རྒྱས་ཡིག་རིགས་གང་མང་བསྐྱ་གསེག་གནང་བཞིན་  
 ཞན་སེ་སེའི་ཨུ་ཡོན་རྣམས་ཆོགས་རྒྱུ་ཁག་བགོས་རང་  
 བྱིས་མམ། རྒྱས་མངའི་ཁོངས་གཏོགས་དགོན་པ། དུད་  
 ཚོང་ཁག་བཅས་སར་གནད་ཆེའི་དཔེ་ཆ་གང་ཡོད་ཅི་  
 འཁོར་ཐོ་འགོད་དགོས་ཐེབས་བཞིན་གང་དྲན་ཐོ་བཞོད་  
 དང་འབྲེལ་བསྐྱ་ཐབས་ཡོད་པ་ཞིས་ཅུ་འཇུགས་སུ་འབུལ་  
 གནང་མཛོད་སོང་བ། སྐབས་དེར་གྲུབ་མཐའ་རིས་མེད་གྱི་  
 ཆེས་ལྷགས་ཡི་གེ་གནད་ཆེ་བསྐྱེབས་སྒྲིག་ཞོད་སྒྱུ་ལ་གོང་  
 མ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་གསུང་འབུམ་ནས་གདམ་ངག་  
 མཛོད་མང་ཆེ་དེད་སར་ཡོད་པའི་གླེང་མོ་ཡང་བྱུང་བས་  
 མ་ཚད་གཞན་གྱིས་དཔེ་བསྐྱུད་དྲན་ཐོའི་ཁོངས་གཏང་  
 བཞོད་ཡོད་ངེས། ཅི་སྟེ་མ་བཞོད་ན་ངེས་པར་འགོད་འོས་



རང་ཆོས་གྱི་དཔེ་ཆ་གནད་ཆེན་ཞིག་ལ། རྗེས་སེར་  
 གདམས་ངག་མཛོད་ཞི་བྱེད་ཆོས་སྒྲེར་གྱི་རང་ཚོན་པ་དམ་  
 དམ་བྱུང་སེམས་ཀུན་དགར་སྤྱལ་བའི་ཞལ་གདམས་དེ་  
 བཞིན་ཉར་ཚགས་དགོས་དོན་གང་ཡིན་དང་ཆོས་ལྷགས་  
 ལོ་རྒྱུས་ཕྱི་མ་ལའི་བྱེད་གཙོ་དང་། དཔེ་ཆ་བསྐྱུ་གསེག་བྱེད་  
 མཁན་དེད་ཆེད་དུ་སྒྲེས་ཤིང་ནན་ཏན་གྱིས་མངགས་པ་  
 ནས་བལྟ་སྒྲིག་ཅི་ཕྱིར་བྱས་པའི་སྒྱུན་བརྗོད་མིས་མིས་  
 གནད་མཁན་ཡང་བྱུང་བ་འདིག་ཏེན་སྤྱིད་པ་ཟེར་བྱུ་འདིར་  
 ཅི་ཡང་སྤྱིད་པ་ཞིག་ཡོད། ཟླ་༥ཆོས་༥༠ཆོས་ལྷགས་སྒྲེར་  
 ཆོགས་འདུ་དང་། དུག་པའི་ཆོས་༥༠པ་ནས་ཆོས་ལྷགས་  
 གཏན་འཁེབས་ལ་སྒྲོབ་སྒྲོང་ཞུས། ཆོས་༡༤ཆོས་ལྷགས་  
 རྗེས་སེ་ཞེས་སྐྱབ་ཏུ་ཞན་ཁག་གི་ཆོགས་འདུར་བཅད། ཕྱི་  
 རང་ཅུ་ཡོན་མང་དག་དང་མཉམ་པོར་གཏམ་སྒྲིང་སྐབས་



དེ་ཟུང་ནས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་འོས་མིན་དེ་ཞུ་ནི་ག་  
 ཡོང་། དེ་ལ་སྒྱུན་བརྟེན་དགག་པ་ཚ་ཐག་ཆོད་ཅིག་གི་སྒྲ་  
 རྒྱགས་ཞུ་སེམས་འདུག་མོད། སྒྲོབ་སྒྲོང་བྱེད་བཞིན་པའི་  
 ཆོས་ལུགས་གཏན་འཁེབས་ནང་ཆོས་དོན་གྱི་དེ་བ་རྟོགས་  
 པར་བསྐྱང་ས་འདུག་པས་དེ་བ་ལྷག་པོ་ཅི་ནི་ག་ཞུ། སྒྲོང་  
 རྒྱས་དང་མཐུན་དེས་ཀྱི་གཏམ་སྒྲོང་བྱས་པར་དེ་ཟུང་གིས་  
 ཐུག་དོག་དང་སྒྲོང་མེར་འཁོར་ག་འག་ལ་སྒྲུམ་བྱུན་པ་  
 ལྟར་སོང་ཉམས་གང་དྲན་མི་འཁོར་པའི་གྲུལ་དུ་ཡང་ཡང་  
 འཕངས། ཆོས་ཀྱི་ཉིན་ཆོས་རྒྱ་གྲོན་ཡོན་མཆོག་གིས་  
 གུང་ཨུའི་དང་གཞོན་ཆོགས། དགོན་པ་བཅས་པའི་  
 བཞུགས་ཆོགས་ཐོག་གུན་ཉིན་དང་ཅང་འཇག་སྒྲོར་གྱི་  
 གསུང་བ་འདྲ་སྒྲོ་བདེ་བག་ཐེབས་ཡོང་བ་དང་། རྗེ་རྒྱུ་  
 དོན་པོ་ཆོས་མི་བྱེད་གསུམ་གྱི་སྒྲོང་རྒྱས་སྒྲོར་རྒྱས་བ་འདྲ་



གནང་། ཕྱིར་ནང་ཆོགས་རྒྱུ་བཞིར་བགོས་ཅུའི་གྲང་  
 མཁན་བཟུ་རབ་ཁོངས་ཁེལ་བ། གོ་བསྐྱར་གྱི་གསེངས་  
 བར་སྒོ་མཐུན་འགའ་ཞིག་གིས་ཆབ་གྲོས་བཙོན་ཁང་དང་  
 འདྲ། ཞེས་པ་དང་། འགོ་བྱིད་པར་དབང་ཆ་གང་ཡང་མེད་  
 ཅེས་བརྗོད་མི་ཡོད་ཚུལ་གསུངས་པར་དེ་འདྲ་བེད་མེད་ཏེ་  
 ལས་དམིགས་བཀའ་གྱི་དགག་པ་ཐེངས་མང་བཏང་བར་  
 ཡང་སྒྲིང་ཆོས་༡༤ཉིན་གོ་ཐོས་སུ། ཁ་ཅིག་གིས་དེད་ལ་  
 ཡོབ་འགོལ་བྱས་པ་ཡིན་ལའང་འདི་རྒྱབ་གཉིད་བཅུག་གི་  
 ཟུག་གཟེར་ཆེ་བར་ཕྱིར་ནང་ནམ་རྒྱལ་ཤུ་གྲང་མདུན་  
 བཅར་གནས་ཚུལ་ཞུས་པར་རང་གིས་མ་ལབ་ཆེ་ཞུ་མོ་  
 ཡོད་ཟུ་མེད་ལྟགས། ཏང་སྲིད་གྱི་རང་ག་ཤེས་ལ་ཡོད་  
 པའི་དབུགས་འབྱེན་བཀའ་བཟང་ཐོབ། འོན་ཀྱང་ཕྱི་རྒྱུ་  
 ཆོགས་འདྲའི་སར་མ་རུངས་པ་དང་འཐབ་པའི་ལྷན་མེད་



རོལ་ཕྱིར་སྐྱལ་མ་བྱེད་པ་ལྟར་ཚོགས་པར་དག་འབྱུང་  
 བྱས། སྒྲོབ་གྲ་རྒྱུ་བའི་ཞའོ་གྲང་ནས་ཆེད་གཉེར་དུ་ཆབ་  
 གྲོས་ཨུ་ཡིན་ཁོངས་ཞུས་པ་ཞིག་གིས་ཆབ་གྲོས་བཙོན་  
 ཁང་དང་འདྲ་ཞེས་པ་དང་། རྟུར་བཙོན་གྱི་ནམ་འབྱུར་ནམ་  
 བསྟན་དོག་རྒྱག་རེ་ཞུ་བའི་སྤྱི་རྒྱུང་རིང་ལུགས་གྲ་མ་  
 ཉམས་བཟུང་བའི་གཙོ་དྲག་རེ་ཟུང་ངེད་དང་ངེད་འདྲ་བར་  
 སྐབས་འདྲག་ཏུ་ཅང་ཆེ་སྐབས། འདི་ཚོར་དབང་ཆ་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་ཡོད་ན་བསམ་ངེས་དགོངས་པ་དག། ཕྱིས་བརྟགས་  
 ཆེ་མངའ་བདག་འགོ་ཁྲིད་པ་རེ་ཟུང་གིས། ཚོགས་མིར་དེ་  
 འདྲ་ག་ཤོད་མཁན་འདྲག་བྱས་ན་རང་ལ་སྒྲར་ལས་ལྟག་  
 པའི་དབང་ཆ་ཞིག་ཐོབ་ངེས་ཡོང་ན་ཞིག་འཆར་གཞི་དང་  
 ལྟན་པར་བཟོས་པ་ཡིན་པ་མཐོང་ཐོས་དངོས་དོན་གྱིས་  
 བྱལ། ཆོས་ལ་འཁོར་སྤང་མངའ་སྤང་དུ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གྲ་སྒྲིག་



བཅས་ཕྱིར་ནངས་དམངས་དང་ལྷན་སྦྲང་མདའ་སྦྲང་དུ་  
 བསྐྱོད་ཅིང་དགོན་གྲས་བློ་ལྟུང་པ་སོགས་ཀྱི་ལྷན་མེའི་  
 དགའ་སྟོན་ལ་ལོངས་སྤྱད། ཆོས་རྒྱལ་ཅང་ཇག་བཙན་  
 འཇུལ་གྱི་སྒྲིག་དཀར་མངོས་ཚགས་པར་བསྒྲགས། ཆོས་  
 ༡༠སྦྲང་མདའ་སྦྲང་དུ་ཆབ་སྲིད་འཛིན་གྱི་དབུ་ཚུགས་ཀྱང་  
 ཨུའི་ཆོགས་ཁང་ནང་ཆོགས་འདུ། དེ་ཐོག་ཆོས་ཀྱི་འཛིན་  
 མཆོག་དང་ཇི་དྲུང་། དོན་གྱུ་ལ་སོགས་ནས་གསུང་བ་ཤད་  
 གནང་། ཆོས་༡༡ཉིན་ནམ་གྱུ་ལ་དུའུ་གྲང་མཆོག་ནས་དེད་  
 ཆེད་འཕོད་བཀའ་སློབ་འབྲེལ་བཟའ་བླ་འཆོལ་ཆེ་ལོ་ན་  
 ཆོས་གཞིན་མི་ལོགས་པའི་སྒྲིབ་སོགས་གསུང་པ་སྟོང་གི་  
 དུམ་པར་བཅངས། ཆོས་༡༢ནས་ལོ་སྟོད་ཀྱི་མཇུག་  
 བསྐྱེམས་དང་ལོ་སྟོད་བཀོད་སྒྲིག་བཅས་གོ་བསྐྱུར་གནང་།  
 ཆོས་༡༣ཞོག་པ་ལྷོ་གཟེར་རྒྱུན་ལས་དོན་དགོངས་པ་ཞུ་



དགོས་བྱུང་། ད་སྔོན་ཆབ་ཐང་གོང་གསེབ་ཏུ་བུད་མེད་  
 སར་འབྱམས་འཁོར་སྔོན་ཡོད་བཞིན་འདི་དགོངས་སྒྲུ་གྲུ་  
 ཞི་ནམ་གཉིས་རང་འགག་ཏུ་ཆེད་ཐེབས་རོགས་རམ་སློབ་  
 སྔོན་བཀའ་དྲིན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོས་ ༥༠ ལེས་ས་ཐང་དུ་སི་  
 ཡིང་ཡོན་ནས་གྲུང་ཉིན་ས་མཚམས་སྒླེང་གསུང་བ་འདྲ་  
 གནང་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་དུས་ཆེན་ཐོག་ཕུ་གྲང་ནས་བཀའ་  
 སློབ། ཆོས་ ༥ ནས་དེ་དག་གི་སློབ་སྦྱོང་དང་ཆོས་ ༡༠ འཁོར་  
 ཕུ་གྲང་ནས་གསུང་བ་འདྲ་དང་དེའི་སློབ་སྦྱོང་ཚུགས་  
 འཁོར་གསར་འགྱུར་རོགས་གྲུང་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཆོས་ ༥ ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བ་ཆེ་ཉམས་འཁོར་བུང་བས་འཛིགས་ཏེ་སྒྲི་བོད་མཐུན་  
 བའི་ཆོས་ ༡༥ ཉིན་གསེ་སྦྱོང་སྒྲིམ་ཡོན་བཅས་དགོན་དུ་  
 དཔོན་ཚུང་སྒྲུལ་སྒྲུ་རིན་པོ་ཆེར་སྦྱོང་འགག་དང་གཟན་  
 འགམ་སོགས་འདས་གསོན་སྐྱབས་ཞུས་སུ་ཕུལ། ཆོས་



༡༠ དེད་དང་ངག་ཚིགས་གཉིས་ཀ་ནད་གྱིས་མནར་  
བཞིན་པར་ཁོ་པ་བ་གྱོན་ཁྱར་ཏེ་རི་བོ་ཆེར་གཡག་  
བ་ལས་བསྐྱ་སར་འགྲོ་དགོས་གྱི་བཀའ་བྱང་འཕྱིན་ཡི་  
སེང་ལ་ཞུས་པས་ཚབ་གྱིས་འཐུས། ཏང་འགོ་བྲིད་ཟེར་བ་  
དངོས་གནས་གཟིགས་ཞིབ་ཡུལ་དུ་བྱང་བ་ལས། མངའ་  
བདག་དཔོན་རིགས་ཚོའི་ཐུགས་འདོད་དབང་ཆེར་གྱུར་ན་  
ལ་སྐལ་དུག་བདུན་གྱི་ཆེད་མི་ཡི་སྒྲིག་ལ་ཇི་མི་སྟམ་པ་  
དེ་ཡིན། ཆོས་༡༥སྟེན་ཁང་གྲུང་ཡིས་ཐང་དུ་ཕྱིན་པར་  
སྒྲངས་པའི་གོང་ཅིམ་དུ་སྟེན་ཁབ་རྒྱགས་པ་གནང་ཡང་  
ཕྱིར་ཐུའི་ཉམས་ལས་མ་བྱུང་། འདི་སྐབས་ལས་དོན་ནམ་  
ཁེལ་དུར་ཐག་གི་རིག་གནས་ལོ་རྒྱུས་ཅིམ་འབྲི་བྱེད་  
བཞིན་ཁར་ལས་དོན་བསྐྱར་སྒྲིག་ཇི་དུང་རིན་པེ་ཆོས་ཅུའི་  
གྲང་རྒན་པ་དེད་དང་། གཞོན་པ་སློ་བཟང་བསྟན་དར་ཞེས་



མིང་འབོད་གནང་ཐོག་ནན་ཁག་སེ་སེའི་འཕྱིང་དང་ཚུ་  
 བེད་སྒྲེར། དགོན་པ་དང་ལས་སྡེ་འབྲུག་ལོང་དུ་  
 ཞུགས་མིན་གྱི་འབྱེད་ཐོ་སྒྲུབ་བཞེད་ལྷ་ལོ་ཆོས་ལ་ནས་ཆོ་  
 བད་གྱི་སྦྱངས་པ་ཕྱིར་བུ་རྒྱུ་དང་པ་བབྱད་དེ་འགྲོ་དགོས་  
 མཛོས་མིན་ཁར། འགྲོ་ཆེ་དཔྱི་ཆོགས་བུད་ཉི་བཅས་ཉིན་  
 ཁ་ལྷི་བས་འགྲུ་དུ་དགོངས་ཞུས་གྱིས་ལྷོད་དགོས་འགར་  
 ཡང་། ག་འགམ་གསལ་ལྟར་གྱི་རིག་གནས་བུད་ཁུང་སེའ་  
 རྩོམ་འབྲིའི་ལས་དོན་ནི་གོང་སྤྱར་ལས་རྒྱན་མ་བཅད།  
 རྒྱལ་ཁབ་དབུ་བརྟེས་དུས་ཆེན་སྤྱོད་ཉིན་སེའ་ལ་བཅར་མ་  
 ཐུབ། དུའི་མིའི་རྩ་ཆེད་ཕེབས་མཆོམས་འདྲི་དང་སྤྱོད་སྒྲུབ་  
 རྒྱན་གསེལ་རས་སྒྲུབ་བས་དགའ་གསལ་ཡིད་གྱི་མཆོ་ཆེན་  
 ལྷག་པར་འཕྱུར། སྦྱངས་པ་ལྷུང་ཞི་རྒྱུ་དང་བབྱད་དེ་འགྲོ་  
 དགོས་མཛོན་གསལ་ཕོན་མིན་མཆོམས་ཆོའ་ཆེན་སྒྲུབས་



ཉལ་མི་དགོས་པའི་རེ་བས་ཆོས་༡༥ཆོས་ཚོར་དབུ་ཁྱིད་  
 ཚོར་ཆུང་ཁྱིད་ས་ཁྱིད་ཁྱིད་ས་༡བཅུད། ཆོས་༡༠ཉིན་ཆབ་  
 ཁྱིད་གོས་ཚོར་ཡུ་ཡོན་རྒྱས་འཛམས་དང་། ཆོས་ལྷགས་  
 གོས་ཚོར་ཆབས་ཅིག་པའི་གོས་ཚོར་གྱི་དབུ་ཚྱོད། དེ་  
 ཆབ་བྲག་རི་གསུམ་ཚོར་ཆུང་ཁྱིད་ས་ཞུགས། མེ་རུ་ཇི་  
 མཆོག་གིས་ཚོར་ཆོན་དབུ་འཛམས་དང་ཆོས་རྩ་གྲོན་ཡོན་  
 ནས། འདས་འབྱུང་། མཛུག་བསྐྱེམ་ལས་འགན། དན་དྲིན་  
 རུ་ནས་ས་མཆོས་ས་གནས་ཚུལ། ཆབ་ཁྱིད་རུ་གྱུ་ཞིས་ཆབ་  
 གོས་མཛུག་བསྐྱེམ་དང་ལས་འགན། ཇི་རྩུང་རིན་པོ་ཆའི་  
 ཆོས་ལྷན་གསུང་བ་འད་ཉན་འཛམ་བསམ་བཏང་གོ་  
 བསྐྱུང་སྐྱོབ་སྐྱོང་ཞུས། ཆོས་དོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བསམ་  
 ཚུལ་ངོས་འཛོན་ཡང་ཡང་ཞུས་ཁྱིད་ཁྱིད་དང་མི་  
 མཐུན་པ་བྱུང་སོང་སྐྱེམ་པ་མེད། དེའང་ཆབ་ཁྱིད་དང་



དངོས་འགལ་ཆེ་རེ་སེམས་ལ་འགར་བ་མེད་པར་སྒྲིག་  
 ཏུ་འད་ཅི་ཞིག་བཟོད། འདྲ་མིན་ཕྱན་བྱུང་རེ་རེ་སྣ་ཚོར་དྲན་  
 སྤོང་ནའང་སྒྲོབ་སྒྲོང་དཔེ་སྒྲིག་ལས་བྱུང་བའི་ཡང་དག་  
 བསམ་སྒྲེ་བྱེ་མའི་འཐབ་འཛིང་གིས་གཟུན་འཇུན་རིགས་  
 མངོན་སྒྲིག་གང་སར་དགོས་མེད་ཅིའི་ཕྱིར་བ་འད། ཚོར་  
 སུ་བ་འད་མི་སྒྲོབས་ན་ཉེ་གམ་འདྲིར་བསམ་པ་བསྐྱར་  
 བཅོས་ཐེབས་ངེས་རེ་མ་གཏོགས་དེ་མིན་སྒྲེ་ཁེལ་གྲོས་  
 འདྲི་བྱ་ཡུལ་སུ་འད་ཡོད་སྣང་མི་འཆར་བས་དེ་ལ་སྒྲིང་  
 གཏམ་ག་ནས་སྒྲོབས། བསམ་པ་བསྐྱར་བཅོས་ཐེབས་  
 ངེས་ཀྱི་ཡར་ཐོན་པར་བ་འད་ན་སྒྲོབས་འཕྲལ་རེ་རམ་  
 ལེན་བཅོས་བྱུང་པས་ཚོར་པར་ཞུ་བ་དང་ཅིས་མི་འདྲ་  
 སྒྲམ་འགར། ཚོས་འམའོ་ཏུ་ཅི་མཆོག་གིས་མཇུག་བསྒྲུམ་  
 གསུང་བ་འད་དང་གསེལ་སྒྲོན་བཅས་ཚོར་ཆེན་རྒྱལ་



ཁའི་ངང་གོལ་ཏེ། མཚམས་འདིར་ཨུ་ཡིན་འགའ་ཞིག་གོ་  
མིང་ཕྱོད་ཐོབ་རང་འཇུག་གིས་བྱིམ་དུ་ཡོག་འཐུས་བཀའ་  
དྲིན་གཟིཌ་སྐྱུལ་དང་། དགོ་བ་ཤེས་འཆི་མེད་ཅན་འགའ་  
ཞིག་འགྲོ་ངེས་དགོངས་པ་ཞུ་ན་དེང་སྐབས་ཐིག་ཁེལ་  
ཡིན་ཚུལ་གྲོགས་པོ་འགའ་ནས་གསུངས་དོན་ལ། འགྲོ་  
སའི་བྱིམ་མེད་ནའང་། དེ་ཞིག་ནས་སྒྲར་བཅར་ཡང་  
འཐུས་པ་ཞིག་གི་ཐོག་གདོང་ཀོང་དགོན་ཁང་ངམ་དགོན་  
ལུང་དགོན་ཁང་བེད་མེད་འགག་སྟོང་མང་སྐབས་དེ་འདྲ་  
ཞིག་གཡར་པོ་ཞུས། ལས་དོན་ཅུ་མ་འཕྱི་བྱ་རྒྱ་བྱིར་ནས་  
ཆོས་ལུག་བསྟེན་མཚམ་འགྲུབ་སྟོང་དགོས་མིན་ན་སྟུམ།  
དོན་རྒྱལ་དང་སྐས་པོ་དབང་འདུས། མཁན་བཟུ་རབ་  
བཅས་བརྒྱད་ལྟ་བུ་དང་། ཆོས་རྒྱ་གྲོན་ཡིན་མདུན་དེ་  
བཅར་གྱིས་ཞུ་རྒྱ་ཐལ། ཆོས་རྒྱ་སྒྲར་ལོ་མཇུག་བར་གྱི་སྟོབ་



སྒྱུང་བཞེད་སྒྲིག་མཛེད། ཆོས་༡༧ ཉིན་གྲུང་ལྷུང་ཆོར་ཁང་  
 ཐོག་རྒྱན་ལས་ནམས་སེཌ་དྲག་གས་ཁ་༢༡ས་ཆོར་གྲལ་  
 བད་གནད་མེ་རུ་ཅི་མཆོག་གིས་ལྷུང་གོས་ཆོར་མཇུག་  
 བསྐྱེམ་གསུངས་བ་༡༥དང་། ཆོས་༢༡ཐུང་དྲན་ལྷུང་ཆོར་  
 ཁང་དུ་སྒྲར་བཞིན་ཐོག་གྲུང་ཉིན་ས་མཆོམ་སྒྲོར་གསུང་  
 བ་༡༥། ཕྱིར་ནང་ནས་ཁོ་གྲུང་དང་རྒྱན་ལས། ཆོས་ལྷུང་  
 རྒྱེས་སེ་བཅས་ཁག་གཅིག་ལ་ལྷུང་ལྷུང་ནས་གསུང་  
 བ་༡༥དང་བསྐྱབ་བྱ་གནད་། ཟླ་༡༨ཆོས་༤ལ་དེ་སྒྲོན་ཟླ་བ་  
 བཞི་པ་ནང་སྒྲོར་གདམས་ངག་མཛེད་ཞི་བྱེད་ཆོས་སྒྲོར་  
 ལས་འབྱུང་བ་གྲུབ་ཆེན་པ་དམ་པ་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཉི་ཟླ་  
 ཉུར་གྲུ་པ་དེས་རང་གི་སྒྲོབ་མའི་མཆོག་གྲུང་སེམས་  
 གུན་དགའ་ལ་སྐྱལ་བའི་ཞལ་གདམས་ཆོས་དང་འགལ་  
 བཞིན་ཆོས་ལྷུང་སྒྱུང་པར་རྒྱེམས་པ་རྩྱལ་མིན་ཅན་བདག་



ལྟ་བུའི་མཚང་ནས་བསྐྱེད་པའི་གདམས་ངག་རྟོན་པའི་ཆོས་  
 དྲིད་ཅན་དག་གི་སེམས་རྒྱུད་འདུལ་བར་པན་ཞིང་། ཆོག་  
 གི་བྱེད་སོ་བྱེད་མཚར་ཕྱི་མ་འབྲིའི་དཔེར་ཡང་སྦྱོད་རུ་  
 ཞིག་སྤང་བ་ཕྱན་ནས་མངལ་སྒྲིག་བྱེད་བཞིན་བར་སྒྲེ་ངོད་  
 སར་ཡོང་བས་མཐོང་སྟེ་གཡལ་རྟོ་ཟེར་བར། ཆོས་ལྟུ་  
 སྦྱང་བཏང་གི་དཔེ་ཆར་བསམ་གཡལ་རྒྱུར་སོང་བ། ཁོང་  
 གིས་གསར་བརྟེན་སྦྱོན་བརྟེན་གྱི་ལུང་བསྟན་ཞིག་གི་གྲུལ་  
 བཞག་སྟེ་དག་བ་ཤེལ་འཆི་མེད་དང་ཐུབ་བསྟན་བཅས་  
 ལའང་བསྟན་ཅིང་པར་བདུད་འདུལ་ལ་ངོ་བ་ཤུས་རྒྱུ་  
 བཅུག་འདུག་པ། སྦྱིར་ཆོས་ལྟུ་པལ་ཆེར་སྦྱེ་བ་འདོར་  
 ལེན་གྱི་ནམ་ཤེས་ཡོད་པ་དང་། དག་སྒྲིག་ཤན་འབྱེད་  
 ག་ཤིན་ཏུ་ཆོས་རྒྱལ་ངོས་འཛིན། དུད་འགོ་འབྲུ་སྦྱོན་ཚུན་  
 ལ་གཞོད་འཆོ་སྦྱང་དགོས་པ་སོར་གསར་བརྟེན་པོར་ལྟུ་



དང་བཞེད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མང་ཞིག་མཆིས་པ་སྒྲེ་གྲེས་  
 ཁྲིག་ཡངས་ནམས་ཆོས་དེ་དག་གི་གནས་ཚུལ་འཁེས་  
 ནས་བཟང་འཁོར་ངན་འཁོར་འདྲིར་བ་འདྲ་དེ་བརྗོད་གྲུབ་  
 མཐའ་སྒྲེ་ཆོགས་ངང་པས་ཚུལ་ས་འོ་མ་ལྟར་དབྱེ་འབྱེད་  
 འདྲིར་ལེན་ལས། ཡི་གེ་བལྟ་སྒྲེག་སྒྲིངས་ཆོད་ག་ལ་ཡོད།  
 འདྲི་ནི་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ནང་ནས་གྲུབ་གྲུབ་ཆེན་  
 དམ་པ་སངས་རྒྱས་ནས། བོད་ཀྱི་ཆོས་པ་ཆོས་བཞིན་མི་  
 སྒྲིད་པ་ནམས་ལ་ཞལ་གདམས་བཀའ་བརྒྱུན་གྱི་ནམ་པས་  
 གནང་བ་ཞིག་ཡིན་པ། ཞིབ་ཏུ་བརྟེན་ན་འཁེས་གསལ་  
 ལས་གསར་བརྗོད་ལུང་བསྟན་གྱི་ཕྱོག་ལ་མི་ཉེ་ཞིང་། དེའི་  
 རང་དོན་ནམས་སྒྲེ་ཆོས་དེར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བྱེད་པའི་ཆོས་  
 ལྟར་པ་སེར་སྒྲུར་གོ་དགོས་རུང་། ཡིག་སྒྲིད་པའི་ལང་  
 ཕྱོག་ནས་བལྟས་ན། ཆོག་རེ་རྒྱུ་གསར་བརྗོད་ཟེར་བ་འདྲ་



ཞིག་གི་མཐོང་སྒྲུང་དང་འདྲ་འབྲས་སྒྲུ་རུང་བའི་སྒྲུབས་  
 གཏོར་བ་འཁོག་མཁན་འགས་དེང་སང་གསར་བཟོའི་ལུང་  
 བསྟན་ཡིན་ཚུལ་ཆེག་དོན་ཡོངས་སུ་མི་འགྲིགས་བཞིན་དུ་  
 ཟུ་ཚུགས་གྱིས་གོ་ལོག་འགྲེལ་བ་འདད་རྒྱགས་པ་དང་།  
 ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། དེ་གསུང་མཁན་བུ་གཞོག་  
 གུལ་རིམ་པ་ཡིན་པ་ཡིན་པས་སྒྲིན་བཟོད་དེ་དག་བྱ་ཡུལ་  
 འབྱོར་མེད་ལས་འོས་མེད་ཅེས་ད་ལྟ་རང་རེ་མཐོ་འབྱིང་མི་  
 སྒྲ་ཁ་འགས་ཆོར་འདྲ་ལྡིངས་ཆའི་སྟོང་ལྟགས་སྒྲུབས།  
 ངལ་ཚུལ་མི་དམངས་གྱིས་སྒྲུག་བསྐྱེད་བགྲང་བ་ལྟར་སྒྲུ་  
 རྟོང་གི་ལམ་ལུག་ལོག་སྒྲིད་བྱང་པར་བཞི་ལྟན་ཡིན་ལུག་  
 ཁ་ནས་བུ་འདད་གྱི་ཡོད་པ་དེ་དག་བཟོད་ནས། དུས་རབས་  
 བཅུ་གཉིས་པའི་ནང་བྱང་བའི་འབྱོར་ལྟན་གུལ་རིམ་པས་  
 སྒྲིན་བཟོད་བྱས་པ་ཐམས་ཅད་ད་ལྟའི་གསར་བཟོའི་ལུག་



འཛིན་པར་གོ་དགོས་པའི་ཡ་མཚན་ཅན་གྱི་གཏན་ཆོག་ས་  
 རིག་པ་བཞེད་པ་དང་འབྲེལ། རེད་ནས་དཔེ་ཆ་དེ་གཡར་  
 བ་ཅོམ་ལས་དཔེ་ཆ་དེའི་ཆོག་གཅིག་བསྒྲུབ་པ་དང་། འབྲི་  
 བ་ལྟ་བུས་པ་མེད་བཞིན་གསར་བརྗེར་གྲོལ་བའི་ལུང་  
 བསྟན་ངན་པ་དྲིལ་བསྒྲགས་བྱེད་པེ་ཞེས་བསྟོན་ཙམ་བྱེད་  
 བབ་ལ་གཞིག་ན། རོག་དཔྱེད་མེད་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་  
 སྐབས་ལྟར་ན་གཙོ་འཛིན་ནམ་པའང་ཐུག་ཞེ་གཏིང་བྲེལ་  
 ཡིང་ཉེ་སེམས་ཚབས་ཉེན་ཁ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ངེས་ཤིག་ལྟར་  
 ནའང་། རྒྱུ་གོ་བུ་བྱུང་བྱེད་ཞེས་པ་དེ་ཚན་རིག་མཁས་  
 ཅན་ཡ་རབས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱུས་བྱུར་སང་སྐབས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་  
 ཚོར་ཁང་དུ་བཞུག་ཚོར་ཐོག་མའི་རྒྱ་ཇི་མཆོག་གི་བཀའ་  
 སློབ་ཀྱི་བབ་བཟང་བས་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ལས་ཡིངས་སུ་གྲོལ།  
 ཞལ་གདམས་འདིའི་ནང་ཡིད་ལ་མི་འབབ་པའི་སྤྱི་རྒྱུ་ཆེ་



འཕྲིན་ལྷན་མེད་ལ་སྒྲིང་བ་དེ་ཉིད་དེའང། སྒྱི་རྒྱེད་མི་ཚོས་  
 ལྷུ་ཁྲ་སྒྲིལ་འགྲའ་ཞིག་གྲུང་འབྱུང་བ་བཞིན་དགོངས་པ་  
 ཅན་ལས། སྐབས་གཞན་དུ་དེ་ཉིད་གསང་སྒྲགས་གྱི་ཚུ་  
 ལྷུང་དུ་བ་འད་ཅིང་ཡོངས་སུ་གྲུ་བ་དང་དེང་སང་གི་  
 གསར་བརྒྱུད་བརྒྱུད་པ་འདྲ་བའི་ཚོག་གཅིག་འདུག་ཟེར་  
 བ། ཞིང་པ་བྲམ་པས་བྱེད་ཅེས་སྒྲིག་པ་རང་སྟེ། དེའང་མ་  
 དཔེར། ཞིང་པ་བྲམ་པ་བྱེད། ཅེས་པ་ལས་བྱེད་སྒྲ་མི་  
 འདུག་ཅིང་། བྲམ་པར་བྱེད། ཅེས་ལ་དོན་སྒྱུར་བའི་འགྲེལ་  
 བ་འད་བྱས་ན་སྒྱི་རྒྱེད་ལམ་ལྷུ་ཁྲ་གྱི་སྒྲིན་བརྒྱུད་ལས་དེང་  
 སང་གི་གསར་བརྒྱུད་གོ་བའི་གནས་ག་ལ་ཡོད། ཡང་དེ་  
 སྒྲིན་སྒྲིབ་སྒྲིང་སྐབས་གོ་བསྒྱུར་འགྲའ་ཞིག་གི་ཚོ། ཏུ་ལ་  
 ལྷ་མ་ཡིན་པ་གཞིར་བཞག་གི་ཐོག་ནས་ཏུ་ལར་དེ་རྒྱེལ་  
 དང་ལྷ་མ་དང་ཚོས་ལྷུ་ཁྲ་ལ་དེ་རྒྱེལ་གཉིས་མི་འགྲེགས་



བཞིན་དུ་ནན་སྒྲིག་བྱ་དགའ་བྱེད་གཏང་ཆེད་བཟེས་མཛོད་  
 མཁན་རེ་བྱུང་སྤང་བར། དེད་ནས་རྒྱ་ལའི་བླ་མ་ཞེས་པ་  
 མིང་ཅམ་བཏྲ་འཁོར་བཛྲོད་པ་ལས་ཆོས་ལྟ་ལས་  
 བའགད་པའི་བླ་མ་ཡིན་པར་ངོས་བཟུང་སྟེ་བླ་མའི་གྲལ་དུ་  
 འཛོག་མི་འོས་པ་དང་། གཉེར་མཛོད་ལས་བྱེད་འགས་  
 དགོས་དབང་གིས་ངོས་འཛིན་བདག་འདྲའི་སྒྱལ་སྒྱུ་ཆོས་  
 ལྟ་བྱི་ཞབས་འདྲན་པ་ནམས་སྒྱུ་བདག་སྤྱད་ནོར་གྱུར་པ་  
 འགས་འཁོག་ལས། བོད་མའི་ཡང་སྤྱད་མ་ཡིན་པའི་དངོས་  
 དོན་སྒྱུབ་བྱེད་ལན་མང་བའགད་སྟོལ་གཏོད་པ་ཐུག་ཀའི་རྩྭ་  
 ལས་ཁོག་ཉམས་བྱིས་རྒྱ་ལ་འདི་པར་སྒྱུར་རས་གཟེར་བྱི་  
 འདྲ་འཁོས་འདུག་ཅེས། རྒྱ་ལ་བླ་མ་མིན་པ་དང་། སྒྱལ་སྒྱུ་  
 ཐམས་ཅད་བོད་མའི་ཡང་སྤྱད་ཡིན་པའི་ངོས་པ་མེད་ཅེས་  
 སྒྲིག་མཁན་བྱི་མི་དགར་ལ་ཁོ་ཆོས་བྱོན་པའི་ཞུ་ནག་དགུ་



བཅུ་གས་དེ་གཡོར་ཅེས་གྲང་བྱས། འཕྲུ་པ་སྒྱུན་རས་  
 གཟེར་སྒྲ་མར་མི་འོས་ཞེས་མངོན་སྤྱུ་དུ་བརྗོད་པོད་  
 མཁན་གྱི་གདོང་ལོང་དེ་ཁོང་གི་གཟེམས་ལམ་དུ་འགར་  
 བ་ཏང་ཆོལ་དང་གཏོར་བ་འཕྱིག་གི་རི་རྩ་འདྲེས་གང་གི་  
 མདུང་དེ་ལྟ་སོ། ཆོས་༡ རྒྱུན་ལས་ནམས་ལྷ་སར་གྲོས་  
 ཆོགས་ལ་ཐེགས། ཆོས་༡ སྒྲོར་སྒྲོར་ཡང་ཞལ་གདམས་  
 སྒྲོར་སྒྲོན་བརྗོད་མ་ཟད། ཆོས་༢ ཉིན་དེ་སྒྲོན་ཁོང་པ་ཆབ་  
 མདོ་མ་འབྱེར་བར་མིང་ཙམ་ཐོས་སྤྱང་མེད་རུང་། བྲག་  
 གཡལ་བྱམས་མདུན་དུ་ཡོང་སྒྲུབས་དཔལ་འབྱེར་འག་མར་  
 ཟུར་གསོལ་དང་། ཡིག་འབྲེས་གྱི་འབྲེལ་བ་བྱུང་ཞེས་  
 སྒྲུབས་དེར་ཁོ་པ་བྲག་གཡལ་ཏུ་མདའ་དཔྱུག་ཕུ་དཔྱུག་  
 བྱེད་སར་ཡོང་ཡང་ཁ་དབང་མ་སོང་བའི་བྲག་གཡལ་  
 པའི་མི་དཀར་པོ་གཅིག་ཆབ་མདོར་ལུས་པ་དེར་འཁོན་



འཇིན་གདུག་ཕྱི་ཁྱེ་ཞུ་ནག་རི་བོ་ཙམ་གཡེགས་ཕྱིས་  
 བྱས་པ་ཆོ་སྒྲོན་གཞན་ལ་མ་ཉེས་ཁ་ཡེག་བཀལ་བའི་  
 འབྲས་ངན་ལན་ཆེ་འཁོར་བ་ཡིན་ལག རྒྱ་འདིས་ལས་  
 ངན་སྒྲིག་སྒྲིབ་བྱ་ཡོན་ལན་ཆེ་མཐའ་དག་བྱང་ཞིང་། བ་  
 མས་གཙུག་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནམ་སྒྲིན་ཡིད་དུ་མི་  
 འོང་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོ་ཆོད་པར་གྱུར་ཅིག ལྷ་མ་དཀོན་  
 མཆོག་མཁུན། སྐབས་དེར་ཆབ་མདོར་དེད་སྐབ་ཇ་འབྱུང་  
 རྒྱུ་འང་རྒྱན་གཏན་མེད་པའི་སེར་སྐྱས་སྒྲོད་སྐྱར་བྱུར་  
 གསེས་སྒྲོད་རྒྱའི་ལག་མར་ཙམ་འབྲུག་ནས་ལྷངས་དང་  
 རྒྱེལ་འདྲེན་ཏེ་ཁལ་སྐྱར་བསྐྱལ་བང་མི་སྐྱ་མངགས་  
 བུམས་མདུན་དུ་འཕྱོར་སྐབས་ཀྱི་མི་དཔང་སྐྱ་ཡིད་དང་  
 སྐྱས་མཐོང་སེགས་སྐྱེ་སྒྲོས་འབུམ་ཕྱག་ཡེ་ལེས་སྐྱན་  
 ལྡན་ཏང་དང་མི་དམངས་ནས་ཞིབ་དབྱུང་མཛོད་ན་མི་



གསལ་བ་མེད། ཆོས་པ་ཉིན་བཞུག་ཆོགས་མཉེན་ཏེ་  
མཆོག་གིས་ཉིན་འབྲེལ་དགའ་སྟོན་གསུང་བ་ལྟར་དང་།

སྟེ་ལོ་༡༩༤༥ པ་གསར་ཆོས་ཉིན་དགོན་པ་སོགས་  
ནས་བྲོ་གར་ཕྱོད་སྒྲ་གཟུགས་འབྲེལ་ཞུས་སོང་། ཆོས་  
པ་སྟོན་ཡང་འགལ་ཟླའི་འཐབ་འཛིང་སྟོན་བཟོད་དང་།  
ཆོས་པ་པ་དགོང་མེར་བྱིས་པ་བཅས་ལ་གསལ་སྟོན་  
ཟབ་རྒྱས་གནང་། ཆོས་པ་ལ་བོད་ལྷན་ཡུལ་པ་ལོ་སར་ལ་  
ཁེལ། ཐང་ཆེན་སྟོང་འཁོར་པ་འབྲུམ་ཕྱག་བརྟལ་བའི་ཉིན་  
འབྲུང་གསུང་བ་ལྟར་དང་། ཆོས་པ་ཉིན་གཙོ་འཛིན་ནམ་  
པར་ཉིན་འབྲེལ་མཇུག་དར་ཡུལ། དེ་ནས་ཉིན་གསུམ་  
འཆར་ཅན་དང་གཟུགས་ཉི་མའི་དོད་བཅས་ཀྱི་གྲང་སངས་  
ཐོག་ཆོས་པ་ལྟར་ལྷ་ལེགས་ཨུ་ཡོན་ནམས་འབྱོར། གྲང་  
སངས་གསུམ་པའི་ཕྱི་དོ་ནས་གྲོན་རྩའི་ཆོར་འདྲུང་ལྷ་



ཐེབས་པ་ལྟར་ལྟར་ནས་པའི་གསུང་བ་ལྟར་ཉན། ཟླ་ལྟོས་  
 ན་ཆོས་རྩ་གྲོན་ཡོན་མཆོག་གིས་ལྟ་སའི་ཆོགས་འདྲའི་  
 ཐོག་ལྟར་དེ་ཐེ་ནས་གནང་བའི་གསུང་བ་ལྟར་བརྒྱད་  
 བསྒྲགས་དང་། ཆོས་༡༡ ནས་དེའི་སློབ་སྦྱང་མ་ཟད་ཆོས་  
 ༡༢ ནས་ཟླ་བ་ལྟ་ཆོགས་བར་གྱི་སློབ་སྦྱང་བཞེད་སྒྲིག་  
 མཛད། ཆོས་༡༣ རང་གི་བཟང་བྱ་ཅུ་ཅུ་བོད་ཆུ་ཡོས་  
 གསར་ཆོས་ལོ་གསར་དགུང་སྟོ་ཉིན་གསུམ་ཐོག་སྟོན་  
 ཐེབས་གྱུ་ནོམ་སྟལ། ཟླ་བ་གསུམ་པ་ནང་སློབ་སྦྱང་ཚུ་  
 དང་པོའི་ཁོངས་འབད་བཙོན་ཆེ་བསྦྱད་འབྲེལ། ལས་དོན་  
 སྐབས་སྐར་བཞིན་རིག་གནས་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་སེཾ་འབྲི་  
 ཚུམ་ལུ་མཐུད་གྱིས་ཆོས་༡༤ ལྟར་དབྱེད་སྒྲི་ཚབ་ཆོར་པ་  
 མཚམས་འདྲིར་ཐེབས་པའི་དགའ་བསུ་དང་། ཆོས་  
 ༡༥ བཟང་ཆེན་སྦྱང་དམག་མི་ལས་བྱེད་མི་དམངས་བཅས་



དཔར་མཚམས་འདྲིའི་གསུང་བ་འད་གནང་ཞིང་། ཕྱིར་ནང་  
 བྱང་དྲན་པུ་ཚོར་ཁང་དུ་ཞབས་བཞེད་སྤང་ཅི་ལྟ་བུའི་  
 བཀའ་སློབ་གྱིས་ཡིད་འཇོ་བར་མཛད། ཟླ་ལ་ཆོས་འཁར་  
 ནས་ཨ་མ་མཆོད་སྒྲོར་ནང་ཚོར་མཐུན་གྲོས་འབྲེལ་བཞིན་  
 སྟན་གསུམ་པུལ། ཆོས་འཁར་ལས་དོན་སྒྲོར་བསྐྱར་སྒྲིག་  
 ནམ་རྒྱལ་པུ་ཁང་མཆོག་གིས་ལོ་རྒྱུས་འབྲི་ཚུལ་དོན་ཐང་  
 གཞལ་དཀའ་ཅོར་བུ་ལྟར་གལ་འགང་ཆེ་ཚུལ་དང་། རང་  
 རང་སེ་སེའི་ད་ཡན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བྲིས་ཁང་འབྲུས་བཀའ་སློབ་  
 གཞལ་ལྟར་འདི་ནས་བཙུམས། དེད་ཆ་ཡོད་ཚུན་གྱི་ཉིན་ཐོ་  
 ཟེན་བྲིས་མང་ཆེ་ཐོར་བུར་སང་སྟབས་དེ་དག་ཕྱོར་བསྒྲིལ་  
 རྟོར་བཞེད་ཅིག་འབྲི་འདུན་སྤར་ནས་ཡིད་ལ་རེད་དུ་བཅུག་  
 ད་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་འདི་ཉིད་ཚུལ་སྒྲིག་གི་འགོ་བཙུག་། དེ་ཞིག་  
 དེག་གནས་བྱུང་ཁུངས་གལ་ཆེའི་དེར་དང་། རྒྱལ་རབས་།



གྱི་ཚོར་ལོ་རྒྱུ། གྱུང་གཏམ་བཅས་སྒྲར་བཅུམས་ལས་  
 དོན་གྲུབ་འབྲས་དཀར་ཆག་ག་ལམ་གསལ་། ག་པར་  
 དེག་གནས། གྱལ་རབས། གྱི་ཚོར་རྩོད་པའི་ལོ་རྒྱུ། གྱུང་  
 གཏམ་གསར་ཕྱིམ་སེར་གང་ལའང་སྒྲུར་རུང་གསར་  
 བརྒྱུ་སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་བསྐྲུག་བརྒྱུད་སྟོན་  
 ཚོག་དང་ལོ་རྒྱུ། ཕྱིམ་འབྲིའི་དགོས་པའམ་དམིགས་  
 ཡུལ་བཅས་དེད་ནས་བཅུམས་བེན་མཁན་བཟླ་རབ་ནས་  
 བཤུས་པ་ལྟེན་༥༠ ཁ་པར་གོང་འཕྲེས་ལོ་རྒྱུ་ཕྱིམ་  
 འབྲིའི་དགོས་པ་དང་གྱུ་མཆོན་ཕྱིམ་སྒྲུངས། ཁོག་ཡུབ་ཏེན་  
 འབྲུང་མཆོན་བྱེད་གསར་བརྒྱུད་དེག་གནས་གྱི་བཤུང་པ།  
 གདོད་ཀོང་ནས་བུཅས་སྒྲིག་འཕྲུ་མཆོག་ནས་གཙང་  
 བཤུས་ལྟེན་༣༧ ག་པར་དེའི་འཕྲེས་འོག་བྱའི་ལྟེན་  
 ཚད་སྟོམས་མིན་ཐོག་ངག་དབང་དར་གྱུས་ནས་བྲིས་པ་



ལྡེབ་༤ ང་པར་བོད་དུ་སྒྲིན་དར་རིག་གནས་ཀྱི་ནམ་བཞག་  
 གདོང་ཀོང་ནས་བཙུམ་ངག་དབང་དར་རྒྱས་ཀྱིས་བེན་  
 བ་ལུས་བྱས་པ་ལྡེབ་༡༤ ཅ་པར་གོང་འཕྲོས་ཚད་མ་རིག་  
 པའི་སྒྲེར་ལྡེབ་༡༠ ཆ་པར་བོད་ལྗོངས་སུ་མེས་རྒྱལ་ནས་  
 ནག་ཅུས་དར་རྒྱལ་གདོང་ཀོང་གིས་འཁོག་མེར་ཐོག་བྲིས་  
 པ་ལྡེབ་༥ ཇ་པར་གོང་འཕྲོས་པར་ཡིག་བེད་མེད་ཀྱི་རྒྱབ་  
 འཁོག་ཐོག་གདོང་ཀོང་ནས་བཙུམ་བྲིས་ལྡེབ་༡༩ ཉ་པར་  
 སུ་མཐུད་གོང་འཕྲོས་འཁོག་པར་ཐོག་གདོང་ཀོང་ནས་  
 བཙུམ་བྲིས་ལྡེབ་༩ ཏ་པར་གསེབ་རིག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཁོབ་  
 ཡུབ་གདོང་ཀོང་ནས་བཙུམ་བྲིས་ལྡེབ་༡༡ ཐ་པར་རིག་  
 གནས་གཞན་ནམས་ཀྱི་བྱུང་བ་མདོར་བསྡུས་གདོང་ཀོང་  
 ནས་བཙུམ་བྲིས་ལྡེབ་༤ ད་པར་བོད་ལྗོངས་རྒྱལ་རབས་ཀྱི་  
 བསྡུས་དོན་གདོང་ཀོང་ནས་བུཅས་སྒྲིག་བཟུ་རབ་ཀྱིས་



བྱིས་པ་ལྟེན་པ་༡༠ ན་པར་སྒྱེ་ཆོར་རྟེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་གདོང་  
 གོང་ནས་བརྒྱུས་ཟེན་དར་ཅེས་བྱིས་པ་ལྟེན་པ་༡༤ པ་པར་  
 གོང་འཕྲོས་དེབ་༤ པ་པར་གོང་འཕྲོས་ཁ་སྒྲོང་གདོང་གོང་  
 གིས་སྒྲར་བཅུ་མ་འཕྲུ་མཆོག་གིས་བྱིས་པ་ལྟེན་པ་༡༥ བ་  
 པར་དགའ་བྱེད་རྒྱ་མ་ཆའི་གཏམ་རྒྱུད་གདོང་གོང་ནས་  
 བརྒྱུས་སྒྲིག་དར་ཅེས་བྱིས་པ་ལྟེན་པ་༤ མ་པར་ངང་པ་མ་ཉི་  
 ཞེས་པ་དང་། རྒྱལ་ཁབ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུང་གཏམ་གདོང་གོང་  
 གིས་སྒྲར་བཅུ་མས་དཔལ་ནམ་གྱིས་བྱིས་པ་ལྟེན་པ་༡༠  
 བཅས་ཀྱི་ཡིག་རིམ་སྒྲིལ་ལྟན་གྲངས་ཚང་མཁན་པོ་བཟླ་  
 འགྲིམ་རབ་བཏན་གྱི་ཕྱག་རྒྱ་ཅེས་འབུལ་ཞུས་ལྟ། མེ་  
 མཇེད་བདག་པོའི་བཀའ་ཡི་སྒྲིངས་ཡིག་བཅུ་གཉིས་གོ་  
 ལར་ཏྲག་འཁོར་བས། ཅེར་ཡང་སྤྱོད་ངེས་ཏེན་འབྲེལ་བྱོན་  
 ཡངས་ཀྱན་མཁྱེན་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ངེས་ཅན། རྒྱ་ལྟེན་ལྟེ་ལ་



ངལ་བ་སྟེར་བྱེད་སྒྲ་ཚོར་བཀྲག་མཚར་ལོ་རྒྱུས་རིམ། ལྷ་  
 ཡི་ཇིང་རིང་གཉིང་ལ་རྟོབ་འདོད་དགུ་ཚོགས་ལག་པ་རྒྱུང་  
 ལ་གཟེར། སྐབས་རེར་རྟོད་འོས་རིམ་འགར་དུ་བློ་བཟང་  
 ངན་འབྱོར་རྒྱད་མི་སྟོམས་པ། དུས་བཞི་རྒྱལ་མེའི་རྒྱས་  
 དཔུང་བཞེད་པ་ཡོངས་སུ་དྲང་བདེན་ཉིད་མིན་ནམ། ལོ་  
 སྟོང་མི་འབྲས་བསྐྱང་བཞིན་སྟོན་བཞིན་སེར་སྒྲ་ཅན་བཞིན་  
 ཅི་ཞིག་ལ། ཚངས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱན་ཉིད་ལས་ཞེས་ཐིག་  
 གིས་བཅད་ཆོ་ངེས་པ་སྟེད། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་གན་  
 མཛོད་ལས་བླངས་བརྒྱ་བྱེན་གཙུག་གི་ནོར་བུའི་གཟེ།  
 རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཡི་དཔུང་དང་འགྲོའ་པ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གི་  
 རྒྱ་ཙུལ་ལ། རྟོན་དུག་དྲིག་པས་བསྐྱེད་ཙུམ་དེ་དག་ལྷན་  
 པའི་ཁུང་བུར་ཞུའ་དང་ལྷན། ས་ལ་ལྷུང་བའི་པ་ལྷང་སྟོམ་  
 ཆེན་བྱ་མིན་བྱེའུ་མིན་བརྟུལ་ཞུའ་འཛིན། ལྷན་གསུམ་ཆང་



གིས་རབ་ཏུ་ཕྱིས་ལྡན་བརྒྱ་བྱེན་མིང་ཅན་མངཉ་གཞུག་པ།  
 རབ་གཟེར་དུག་ཆོར་ནགས་སུ་ཉལ་བ་རི་བྱི་ཟུག་པའི་  
 སྐལ་ངན་གྱིས། དངོས་དོན་སྒྲིབ་པའི་དུག་ལྷངས་སྒྲོ་ལ་ལྟོ་  
 འགྲོའི་ཅེད་པན་འཇིན་པ་ཅན། གཙུག་གི་ནོར་བུས་སྐྱས་པ་  
 མིན་པས་དེག་པོར་བྱེད་ལྡན་ས་འོག་སེང་། མ་དྲོས་སྒྲུ་ཡི་  
 དབང་པོས་ཡོངས་བཟུང་འཇོད་མེད་རིན་ཆེན་འདྲན་པའི་  
 སྒྲུང་། གངས་རིའི་ལྗོངས་གྱི་པར་དེས་གྲུང་མིང་པོ་ག་ཤིན་  
 རྗེར་མ་རངས་པས། ནོར་འཇིན་དཔལ་ཡོན་མཆར་པོར་  
 བཟོ་བའི་སེར་མའི་སྒྱ་རྩ་ལ་ངོམ་པ་ན། སྤྱོད་པ་གསུམ་དུ་  
 གཏམ་བཟང་རེ་བཞག་སྤྱན་ཟླ་གང་སྤྱོདས་པར་བྱས། དེག་  
 གཞུང་སྤོང་པའི་ཆོང་ཆོང་སྒྲུག་པོར་འབྲི་ཤིང་གསར་པའི་  
 ལང་ཆོ་ཅན། ཆོག་རྒྱན་ལོ་འདབ་རྒྱང་པ་མ་ཡིན་དོན་  
 བཟང་འབྲས་བཟུད་གཡུར་བ་བ། དཔལ་གྱི་དུམ་བུའི་



དཀར་སྒྲན་པ་ཙམ།

